

# Speisekarte / Friedrich Ebert Schule

O.P.A.L. Catering GmbH  
Friedhofstraße 51  
63065 Offenbach

069/8509947-10

KW 50	08. Dez Montag	09. Dez Dienstag	10. Dez Mittwoch	11. Dez Donnerstag	12. Dez Freitag
	vegetarisch	Geflügel	Fisch	Geflügel, <b>lactosefrei</b>	vegetarisch
<b>Hauptessen</b>	Bio-Spirelli an Tomaten-Basilikumsoße dazu Reibekäse und Karottensalat	<b>Putengeschnetzeltes</b> dazu Penne Nudeln und frisches Karottengemüse	<b>Lachsfilet</b> mit Dill Soße und Kartoffelpüree dazu Blattsalat mit Sauerrahmdressing	<b>Putengulasch</b> mit Langkornreis und Gemüsesticks	Tomatenuppe als Vorspeise  Milchreis mit heißen Kirschen
	A,G,GL,J,SD	3,G,GL,LA,SD	3,C,FI,G,GL,SD	GL	G
	vegetarisch	vegetarisch	vegetarisch	vegetarisch	
<b>Alternative Essen</b>		Kartoffel-Kohlrabi Auflauf mit Blattsalat und Essig-Öl-Dressing	Gebratene Gnocchi mit Ratatouille-Gemüse und Reibekäse	5x vegetarische Weizenhackbällchen mit Bulgur und Paprikasoße	
		3,G,GL,J,SD	3,C,G,GL,I	1,El,GL,LA,SL	
<b>Lactosefrei</b>	<b>lactosefreies Gericht</b>	<b>lactosefreies Gericht</b>	<b>lactosefreies Gericht</b>		<b>lactosefreies Gericht</b>
<b>Dessert</b>	Stückobst	Stückobst	Stückobst	Stückobst	Stückobst

## Allergene und Zusatzstoffe:

A-Glutenhaltiges Getreide (d. h. Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut oder Hybridstämme davon) sowie daraus hergestellte Erzeugnisse

C-Eier und Eiererzeugnisse; D-Fisch und Fischerzeugnisse; El-enthält Eier; F-Soja und Sojaerzeugnisse; G-Milch und Milcherezeugnisse (einschließlich Laktose); LA-enthält Milch

GL-enthält glutenhaltiges Getreide: enthält Gerste (GL-G), enthält Hafer (GL-H), enthält Roggen (GL-R), enthält Weizen oder Dinkel (GL-W)

H-Schalenfrüchte, d. h. Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashew-Nuss, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss sowie darauf hergestellte Erzeugnisse

I-Sellerie und Sellerieerzeugnisse; J-Senf und Senferzeugnisse; L-Schwefeldioxid und Sulfite von mehr als 10 mg/kg; S-enthält Senf; SD-enthält Schwefeldioxid / Sulfite

SC-enthält Schalenfrüchte: enthält Cashewnüsse (SC-CA), enthält Haselnüsse (SC-HA), enthält Mandeln (SC-MA), enthält Macadamianüsse (SC-MC), enthält Paranüsse (SC-PA), enthält Pekannüsse (SC-PE), enthält Pistazien (SC-PI), enthält Walnüsse (SC-W)

1-Farbstoff; 2-Konservierungsstoff; 3-Antioxidationsmittel; 8-Phosphate; 9-Süßungsmittel(n); 9a-Süßungsmittel/n; 10-enthält eine Phenylalaninquelle; 21-mit Zucker & Süßungsmitteln