



**18.03.-23.03.2023**

**Suppe der Woche**

**Klare Brühe mit Graupen<sup>H3</sup> und Gemüse (Karotte, Sellerie, Lauch)**

**Montag**

*Weltgebetstagsessen Klasse 3+4 palästinensischer Salat, Falafel, Hähnchen Musakhan, gerösteter Romanesco, Bulgur<sup>H1</sup>, süße Tahinschnecken<sup>F,G,H1</sup>*

**Rohkost (Karotte, Paprika, Gurke, Tomate)**

**Überbackene Vollkorn-Spirellis<sup>G,H1</sup> mit Spinat<sup>F</sup>- und Tomatensoße**

**Obst**

**Dienstag**

*Weltgebetstagsessen Klasse 1+2 palästinensischer Salat, Falafel, Hähnchen Musakhan, gerösteter Romanesco, Bulgur<sup>H1</sup>, süße Tahinschnecken<sup>F,G,H1</sup>*

**Rohkost (Karotte, Paprika, Gurke, Tomate)**

**Überbackene Vollkorn-Spirellis<sup>G,H1</sup> mit Spinat<sup>F</sup>- und Tomatensoße**

**Obst**

**Mittwoch**

**Karottensalat<sup>5,D</sup>**

**Ofenkartoffeln mit Tzatziki<sup>F</sup> und gratiniertem Blumenkohl<sup>F</sup>**

**Obst**

**Donnerstag**

**Blattsalat<sup>5,D,F</sup>**

**Schlemmerfilet<sup>H1</sup> (Seelachs) mit Tomatensoße, Brokkoli und Langkornreis**

**Brokkoli-Bratling<sup>E,F,G,H1,H2,M</sup> mit Tomatensoße, Brokkoli und Langkornreis**

**Joghurt<sup>F</sup>**

**Freitag**

**Rohkost (Karotte, Paprika, Gurke, Tomate)**

**Klare Brühe mit Graupen<sup>H3</sup> und Gemüse (Karotte, Sellerie, Lauch)**

**Kaiserschmarrn<sup>F,G,H1</sup> mit hausgemachtem Apfelkompott**

Unser Mittagessen hat eine **Schule + Essen = Note 1-Zertifizierung** erhalten. Basis der Zertifizierung ist der „DGE-Qualitätsstandard für die Schulverpflegung“. Die Einhaltung der Kriterien wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) überprüft.

Das zertifizierte Angebot ist **farbig** geschrieben



## Zusatzstoffe

- 1) Farbstoff
- 2) Konservierungsstoff
- 3) Antioxidationsmittel
- 4) Geschmacksverstärker
  - 5) geschwefelt
  - 6) geschwärzt
  - 7) gewachst
- 8) Süßungsmittel
- 9) Phosphat

## Allergene

- A) Fisch
- B) Weichtiere
- C) Krebstiere
- D) Schwefeldiooxide, Sulfite
  - E) Sellerie
  - F) Milch
  - G) Eier
  - H1) Weizen
  - H2) Grünkern
  - H3) Gerste
  - I) Sesam
  - J1) Haselnuss
  - J2) Mandel
  - K) Erdnüsse
  - L) Lupine
  - M) Senf
  - N) Soja