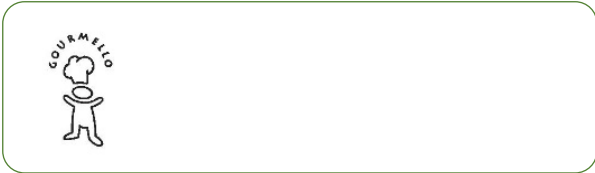




„Essen und Trinken hält
Leib und Seele
zusammen.“
Sokrates



Freie Grundschule Pfefferwerk

45.KW			
04.11.	Minestrone ⁵ mit Schmandklex ² dazu Olivenbrot ^{1a}		Kohlrabi-Rosenkohl-Paprikagemüse ^{1a,2} dazu Gnocci
Obst			
05.11.	Nudel Hackfleisch Gemüseauflauf ^{1a,2}		Zucchini und Möhren mit Kokos und frischem Koriander ^{1a} dazu Asia Reis
Fruchtmus			
06.11.	Herbstliches Backgemüse mit Zartweizen^{1a} und Kräutersoße^{1a,5}		Wunsch der Kinder: Grießbrei ² mit Kirschoße und Zimtucker
Knabbergemüse			
07.11.	Wunsch der Erzieher: Geflügel Frikassee^{1a,2,5} mit Kartoffeln		Gemüsefrikassee ^{1a,2,5} mit Kartoffeln
Salat			
08.11.	Bunte Nudeln ^{1a} mit Kresse-Soße ^{1a,2,5} und Käse ²		„Krupnik“ polnischer Gemüseintopf^{5,2} mit Dill und Gerstengraupen^{1e} dazu Baguette^{1a}
Birnenquark ²			
46.KW			
11.11.	Kürbiscremesuppe ^{2,5} mit gerösteten Kürbiskernen und Croutons ^{1a} dazu Dinkelbrot ^{1a,1b}		Ravioli ^{1a,2} mit Paprika-Kräutersoße ^{1a,2} dazu Käse ²
Obst			
12.11.	Lachs in Käse-Spinat Soße^{1a,2} mit buntem Reis		Brokkoli-Süßkartoffel in Käse-Spinat Soße ^{1a,2} dazu bunter Reis
Straciatellaquark ²			
13.11.	Chili sin Carne mit Bulgur ^{1a}		Rezept der Eltern: Gemüsecurry mit Kichererbsen^{1a,2} dazu Ebley^{1a}
Knabbergemüse			
14.11.	Neu: Hähnchen mit Brokkoli in Senf-Sahne Soße^{1a,2} mit Kartoffel-Süßkartoffelstampf		Tomatisierter Schmorkohl ^{1a,2} mit Kartoffel-Süßkartoffelstampf
Naturjoghurt mit Mandarinen ²			
15.11.	Pasta ^{1a} mit Pilz-Käsesoße ^{1a,2,5} dazu geröstete Sonnenblumenkerne		Vegi-Gemüseintopf^{2,5} mit Riesenbohnen dazu Brot^{1a}
Rohkostsalat			

Liste der Zusatzstoffe incl. Erzeugnisse – Deklaration, sofern Inhaltsstoff nicht aus der Beschreibung hervorgeht. Änderungen vorbehalten!

1 = Glutenhaltiges Getreide = 1a/Weizen - 1b/Roggen - 1c/Gerste - 1d/Hafer - 1e/Dinkel – 1f/Kamut

2 = Milch (einschl. Laktose)

9 = Soja

F = Farbstoff

3 = Ei

10 = Weichtiere

G = Geschmacksverstärker

4 = Erdnuss

11 = Fisch

H = Antioxidationsmittel

5 = Sellerie

12 = Krebstiere

I = Gewacht

6 = Sesamsamen

13 = Lupinen

J = mit Phosphat

7 = Senf

14 = Schwefeldioxid & Sulfite mit mehr als 10mg//kg bzw 10mg/l

8 = Schalenfrüchte: Nm/Mandeln - Nh/Haselnuss - Nw/Walnuss - Nc/Cashew - Npe/Pecannuss - Npa/Paranuss - Npi/Pistazie - Nmc/ Macadamia - Nq/Queenslandnuss