

# VEGETARISCHE ERGÄNZUNGSKARTE FÜR ALLERGIKER UND KINDER MIT UNVERTRÄGLICHKEITEN (GLUTEN UND LAKTOSE FREI)

Es kocht für Sie: ESSWERK / Tel. 069/83009786-0

- Montag, 27.01.** Falafel- Bällchen mit Tomatensauce und Reis (Bio Reis),  
dazu Rote Beete Salat mit Essig-Öl-Dressing
- Dienstag, 28.01.** Sojageschnetzeltes<sup>(f)</sup> (Bio Soja) in heller Sauce mit Nudeln,  
dazu Chinakohlsalat
- Mittwoch, 29.01.** Pasta mit Gemüsebolognese<sup>(i)</sup> und Reibekäse, als Nachtisch Obst
- Donnerstag, 30.01.** Gemüsetaler<sup>(f)</sup> mit kalter Kräutersauce, Brokkoligemüse und Kartoffeln
- Freitag, 31.01.** Grüner Bohneneintopf<sup>(l)</sup>, dazu \*Brot  
als Nachtisch Schokopudding



**Änderungen vorbehalten**

**Allergenkennzeichnung :**

- (a) Glutenhaltiges Getreide: (a1) Weizen, (a2) Roggen, (a3) Gerste, (a4) Hafer, (a5) Dinkel, (a6) Kamut  
(b) Krebstiere, (c) Eier, (d) Fisch, (e) Erdnüsse, (f) Soja, (g) Milch incl. Laktose, (i) Sellerie, (j) Senf, (k) Sesamsamen, (l) Schwefeldioxid, und Sulfite, (m) Lupine, (n) Weichtiere  
(h) Schalenfrüchte: (h1) Mandeln, (h2) Haselnüsse, (h3) Walnüsse, (h4) Cashewnüsse, (h5) Pecanüsse, (h6) Paranüsse, (h7) Pistazien, (h8) Macadamianüsse

**Zusatzstoffe:**

- (1) mit Farbstoffe (2) mit Konservierungsstoffe (3) mit Antioxidationsmittel (4) mit Geschmacksverstärker (5) mit Phosphat (6) mit Nitrit Pökelsalz

Verwendung von Reis, Nudeln, Grieß, Cous-Cous, Zucker, Linsen, Soja immer in biologische Qualität



aus EU-/ nicht EU-Landwirtschaft / Kontrollstelle DE-ÖKO-012



**Wir wünschen guten Appetit! – Ihr ESSWERK**