

ESS | PLAN 10.03. – 14.03.2025

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

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

- Montag, 10.03.** vegetarische Frikadelle mit brauner Sauce, Rosenkohl und Dampfkartoffeln
- Dienstag, 11.03.** Gemüsebällchen<sup>(i)</sup> mit Mexico-Sauce (Mais, Paprika, Tomaten) und Reis (Bio Reis), dazu Rohkost
- Mittwoch, 12.03.** Spaghetti mit Petersilien-Pilze-Sauce, dazu Reibekäse und Salat (Essig-Öl-Dressing), zum Nachtisch Obst
- Donnerstag, 13.03.** Kartoffelcremesuppe mit \*Brot, danach Milchreis mit Zimt und Zucker (Bio Reis, enthält Bio Zucker)
- Freitag, 14.03.** vegetarischer Bratling mit Kräutersauce, Erbsen-Möhrengemüse und Reis



## 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



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



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