

ESS | PLAN 19.05. – 23.05.2025

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

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

- Montag, 19.05.** Gemüsebratling<sup>(i)</sup> mit Kräuterdip, Erbsen und Dampfkartoffeln
- Dienstag, 20.05.** vegetarische Bällchen mit Rahmsauce, Mischgemüse und Nudeln
- Mittwoch, 21.05.** Quinoa-Erbsen Frikadelle mit heller Sauce, dazu Reis (Bio Reis), als Nachtisch Obst
- Donnerstag, 22.05.** vegetarischer Linseneintopf<sup>(i)</sup> (Bio Linsen) mit Gemüse<sup>(i)</sup> (Karotten, Sellerie, Lauch, Kartoffeln) dazu ein Vollkornbrötchen<sup>(a1,a2,k)</sup> und Obst
- Freitag, 23.05.** Gnocchi mit Käse-Sahne-Sauce, dazu Salat (Essig-Öl-Dressing)



### 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) Pecannüsse, (h6) Paranüsse, (h7) Pistazien, (h8) Macadamianüsse

#### Zusatzstoffe:

- (1) mit Farbstoffen (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**