

ESS | PLAN 23.03. – 27.03.2026

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

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

- Montag, 23.03.** Gemüsespieß mit Currysauce, dazu Reis (Bio Reis) und Salat (Essig-Öl-Dressing)
- Dienstag, 24.03.** Klare Gemüsebrühe als Vorspeise⁽ⁱ⁾,
danach Milchreis (Bio Reis) mit Kirschen
- Mittwoch, 25.03.** Kürbiscremesuppe mit einem Brötchen, zum Nachtisch Obst
- Donnerstag, 26.03.** Gemüsebratling mit Dampfkartoffeln und Spinat
- Freitag, 27.03.** Pasta „Pomodoro“ mit Reibekäse, dazu Rohkost



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 Konservierungsstoffen (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