

ESS | PLAN 08.06. – 12.06.2026

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

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

- Montag, 08.06.** mediterraner Gemüseauflauf mit Käse überbacken, dazu Tomatensalat mit Essig-Öl-Dressing
- Dienstag, 09.06.** Falafelbratling mit Kartoffeln und Erbsen-Maisgemüse, dazu Obst
- Mittwoch, 10.06.** Soja-Geschnetzeltes^(f) (Bio Soja) in Rahmsauce mit Nudeln, dazu Salat (Essig-Öl-Dressing)
- Donnerstag, 11.06.** vegane Gemüsetaler mit Dillsauce, dazu Reis (Bio Reis) und Rohkost
- Freitag, 12.06.** Pasta (Bio Nudeln) mit Tomatensauce und Reibekäse, 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 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