

ESS | **PLAN** 07.09. – 11.09.2026

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

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

- Montag, 07.09.** Gemüsenuggets mit kaltem Kräuterdip, dazu Kartoffeln, zum Nachtisch Obst
- Dienstag, 08.09.** Spaghetti (Bio Nudeln) „Napoli“ mit Reibekäse, dazu Rohkost
- Mittwoch, 09.09.** vegetarische Bällchen mit Rahmsauce, dazu Reis (Bio Reis) und Rote Beete Salat^(i,j) (Essig-Öl-Dressing)
- Donnerstag, 10.09.** Kürbiscremesuppe⁽ⁱ⁾ mit Brötchen, zum Nachtisch Fruchtquark
- Freitag, 11.09.** Kartoffelpuffer^(c) mit Schnittlauchsauce, 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 Nudeln, Reis, Bulgur, Couscous, Grieß, Soja und Zucker immer in biologische Qualität



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



Wir wünschen guten Appetit! – Ihr ESSWERK