

ESS | **PLAN** 14.09. – 18.09.2026

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

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

Montag,	14.09.	vegetarische Bratwurst ^(f) mit Kaisergemüse ⁽ⁱ⁾ und Salzkartoffeln
Dienstag,	15.09.	Gemüse- Reispfanne (Bio Reis) mit Tomaten- Kräutersauce ⁽ⁱ⁾ , zum Nachtisch Schokopudding
Mittwoch,	16.09.	Chili sin Carne ^(f,i) mit Kidneybohnen, Mais, Tomaten, Paprika, dazu ein Brötchen
Donnerstag,	17.09.	Spaghetti „Napoli“ mit geriebenem Käse, dazu Rohkost
Freitag,	18.09.	Pasta mit Spinat- Käse- Sauce, dazu Salat ^(i,j) (Essig-Öl-Dressing) zum Nachtisch Obst



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 Farbstoffe (2) mit Konservierungsstoffe (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