ESSWERK

ESS|PLAN **23.11. – 27.11.2026**

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

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

Montag,	**23.11.**	Blumenkohl- Medaillons mit Petersiliensauce und Kartoffeln
Dienstag,	**24.11.**	vegetarischer Bratling mit Paprikasauce und Reis (Bio Reis), zum Nachtisch Mandarine
Mittwoch,	**25.11.**	Pfälzer Kartoffeleintopf mit frischem Gemüse und einem Brötchen
Donnerstag,	**26.11.**	Pasta mit Gemüse-Tomatensauce, dazu Rohkost
Freitag,	**27.11.**	vegetarischer Burger zum selber bauen mit Salat, Tomate, Gurke, Zwiebeln, Ketchup und Mayo$^{(c,j)}$



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

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

Wir wünschen guten Appetit! – Ihr ESSWERK