ESSWERK

ESS|PLAN **07.12. – 11.12.2026**

ESSWERK

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

Montag,	**07.12.**	Möhren-Kürbis-Kartoffeleintopf[(i)] mit einem Vollkornbrötchen[(a1,a2,k)] zum Nachtisch Obst
Dienstag,	**08.12.**	Nudeln[(a1)] (Bio Nudeln) mit Tomaten-Thunfisch-Sauce[(g,d)], dazu Salat (Essig-Öl- Dressing)
Mittwoch,	**09.12.**	Gyros von der Pute mit Tzaziki[(g)], dazu Reis (Bio Reis) und Weißkrautsalat
Donnerstag,	**10.12.**	Rührei[(c)] mit Rahmspinat[(g)] und Salzkartoffeln, dazu Salat (Essig-Öl-Dressing)
Freitag,	**11.12.**	Spaghetti[(a1)] (Bio Nudeln) mit Gemüsebolognese, Reibekäse[(g)], zum Nachtisch eine Mandarine



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 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