ESSWERK

ESS|PLAN **07.12. – 11.12.2026**

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

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

Montag,	**07.12.**	Möhren-Kürbis-Kartoffeleintopf[(i)] mit einem Brötchen, dazu Obst
Dienstag,	**08.12.**	vegetarische Bällchen[(c)] mit heller Sauce, dazu Erbsen- Maisgemüse und Nudeln
Mittwoch,	**09.12.**	vegetarisches Gyros[(f,i)] (Bio Soja), dazu Reis (Bio Reis) und Weißkrautsalat
Donnerstag,	**10.12.**	Rührei[(c)] mit Rahmspinat und Salzkartoffeln, dazu Salat (Essig-Öl-Dressing)
Freitag,	**11.12.**	Spaghetti mit Gemüsebolognese, dazu Reibekäse, 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 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