

Woche 21.05.-25.05.2018 (Änderungen vorbehalten)
Wir liefern täglich frisches Obst und Gemüse.

Grundschule im Gutspark

Montag	Klassik			
	Veggie			
	Vital			
	Frische-Bar			
Dienstag	Klassik			
	Veggie			
	Vital	Bio-Makkaronelli (1,2) in einer Tomatensauce (1,2,21,22) (Bio-Tomatenwürfel, Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln) und dazu geriebener Käse (12)	kcal: 458 F: 9.08	E: 16.85 KH: 74.75
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse, Gewürzgurken (22)		
Mittwoch	Klassik	Butter Maiskolben (12) (Bio-Butter) mit einem Sauerrahm-Kräuterdip (12) (Bio-Milch, Bio-Sahne) dazu Salzkartoffeln und ein Möhrensalat (1,6) (Bio-Möhren, Bio-Apfelwürfel, Bio-Grünkern)	kcal: 564 F: 9.87	E: 17.7 KH: 97.96
	Veggie	FrISChe Champignons in einer Rahmsauce (1,2,12,21,22) (Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Vollkornmehl) mit frischen Kräutern und dazu hausgemachter Kartoffelstampf (12) (Bio-Milch, Bio-Butter)	kcal: 416 F: 19.62	E: 10.94 KH: 45.83
	Vital			
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse, Tomatensalat mit Mais und Hirtenkäse (12)		
Donnerstag	Klassik			
	Veggie	Milder Rahmkäse in einem gekräutertem Tomatenragout (1,2,12,21) (Bio-Tomatenwürfel, Bio-Zwiebeln, Bio-Sellerie, Bio-Möhrenwürfel, Bio-ErbSen) und Bio-Langkornreis	kcal: 374 F: 6.0	E: 12.69 KH: 67.2
	Vital	Hausgemachte Boulette (1,2,8) (vom Rind) mit Preiselbeerrotkohl (Bio-Zwiebeln) und Bratensauce (1,2,12,21) dazu Salzkartoffeln	kcal: 444 F: 13.83	E: 27.27 KH: 51.06
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse, Reismudelsalat (1,2,12,26)		
Freitag	Klassik			
	Veggie	Bio-Fussili (1,2) in einem Basilikumpesto-Rahmsauce (8,12,26) (Bio-Paprika, Bio-Tomatenwürfel, Basilikum, Olivenöl, Bio-Zwiebeln, Bio-Sellerie, Bio-Gouda)	kcal: 559 F: 21.93	E: 14.39 KH: 72.66
	Vital	Feiner Sahnehering (9) in einer Apfel-Dillsauce (8,12,22) (Bio-Apfel, Bio-Joghurt, Bio-Zwiebeln) mit Gewürzgurken und dazu Salzkartoffeln	kcal: 523 F: 32.49	E: 13.15 KH: 45.72
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse, sahniger Möhrensalat (12)		

1 glutenhaltiges Getreide, 2 Weizen, 3 Roggen, 4 Gerste, 5 Hafer, 6 Dinkel, 7 Krebstiere, 8 Eier, 9 Fisch, 10 Erdnüsse, 11 Soja, 12 Milch, 13 Mandel, 14 Haselnuss, 15 Walnuss, 16 Cashewnüsse, 17 Pecannuss, 18 Paranüsse, 19 Pistazien, 20 Macadamia- oder Queenslandnüsse, 21 Sellerie, 22 Senf, 23 Sesamsamen, 24 Weichtiere, 25 Süßlupine, 26 Schwefeldioxid und Sulfide (>10mg/kg)

E=Eiweiß
F=Fett
KH=Kohlenhydrate

Bei unserer Rohstoffauswahl für die Speisenproduktion wählen wir ausschließlich Produkte, die keine deklarierungspflichtigen Zusatzstoffe enthalten.