



... gutes Essen für kluge Köpfe

## Speiseplan für Schule Ohkamp

**KW 2 von 08.01.2018 bis 12.01.2018**

Mo	08.01.2018	Salzkartoffeln Kohlrabi in Rahm (GL, LK, MP, MN, WE, ZW) Putenbruststeak, gegart (FL) Obst (FRU)
Di	09.01.2018	Knabberrohkost BIO Naturreis fruchtige Currysoße (CU, GL, KN, LK, MP, PA, FRU, TO, WE, ZI, ZU, ZW) Bio Geflügelhackbällchen (EI, FL, GL, TO, WE, ZW) Crunchy (GER, GL, HA, HN, MP, NÜ, SJ, WE, ZU) Naturjoghurt (LK, MP, FRU)
Mi	10.01.2018	Cocktaildip (LK, MP, TO, ZU) Knabberrohkost Apfelkompott (AP, ZU) Eierpfannkuchen (EI, GL, LK, MP, WE, ZU)
Do	11.01.2018	Vinaigrette (SW, SF, ZU) Eisbergsalat BIO Vollkornspirelli (GL, WE) Tomatensoße (GL, TO, WE, ZU, ZW) geriebenen Käse (MP) BIO Fruchtwaffeln (GL, LK, MP, NÜ, SJ, WE, ZI, ZU)
Fr	12.01.2018	Hot Dog Remoulade (CU, EI, LK, MP, SF, ZI, ZU, ZW) Hot Dog Brötchen (EI, GL, LU, MP, SF, SE, SJ, WE, ZU) Hot Dog Röstzwiebeln (GL, WE, ZW) Hot Dog Ketchup (TO, ZU) Hot Dog Dän. Gurken Hot Dog Geflügelwiener (FL) Obst (FRU)

### Kürzel für Allergene und Zusatzstoffe

**AP** = Apfel, **BO** = Bohne, **ERB** = Erbsen, **HA** = Hafer, **HO** = Honig, **KN** = Knoblauch, **PA** = Paprika, **PI** = Pilze, **RO** = Roggen, **TO** = Tomate, **WE** = Weizen, **GL** = Glutenhaltiges Getreide, **EI** = Ei, **FI** = Fisch, **EN** = Erdnüsse, **SJ** = Soja, **MP** = Milchprodukte, **NÜ** = Schalenfrüchte, **SL** = Sellerie, **SF** = Senf, **SE** = Sesam, **SW** = Schwefeldioxide und Sulfite, **LU** = Lupine, **HN** = Haselnüsse, **CU** = Curry, **MA** = Mandeln, **WA** = Walnüsse, **FRU** = Süßungsmittel mit Fructose (z.B. Agavendicksaft), **FL** = Fleisch, **MÖ** = Möhren, **MN** = Muskatnuss, **ZU** = Zucker, **ZW** = Zwiebel, **ZI** = Zitrusfrüchte, -säfte, **GER** = Gerste, **DI** = Dinkel, **CA** = Cashewkerne