



... gutes Essen für kluge Köpfe

## Speiseplan für Schule Ohkamp

**KW 28 von 09.07.2018 bis 13.07.2018**

Mo	09.07.2018	BIO Möhrensalat (AP, MÖ, ZI, ZU) Salzkartoffeln Blumenkohl in milder Käsesoße (LK, MP) Obst (FRU)
Di	10.07.2018	Knabberrohkost BIO Vollkornspirelli (GL, WE) Rinderhackbolognese mit Bio Ri (FL, TO, ZI, ZU, ZW) BIO Schoko-Cookie (GL, WE, ZU)
Mi	11.07.2018	Knabberrohkost Bechamelkartoffeln (GL, LK, MP, WE, ZW) Gemüsefrikadelle (ERB, GL, HA, LK, MP, MN, MÖ, ZW) Obst (FRU)
Do	12.07.2018	Knabberrohkost BIO Naturreis dazu Tomatensoße (KN, TO, ZI, ZU, ZW) Bio Geflügelhackbällchen (EI, FL, GL, TO, WE, ZW) Erdbeerjoghurt (LK, MP, FRU)
Fr	13.07.2018	Knabberrohkost Cannelloni (EI, BR, GL, KN, KR, LK, MP, SL, TO, WE, ZI, ZU, ZW) 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