



... gutes Essen für kluge Köpfe

Speiseplan für Schule Ohkamp

KW 41 von 09.10.2017 bis 13.10.2017

Mo	09.10.2017	Knabberrohkost BIO Vollkornspirelli (GL, WE) Tomatensoße (GL, TO, WE, ZU, ZW) geriebenen Käse (MP) Honigjoghurt (HO, LK, MP, FRU)
Di	10.10.2017	BIO Möhrensalat (AP, MÖ, ZI, ZU) BIO Naturreis Soße König. (GL, KN, LK, MP, SW, WE, ZU) Königsberger Klopse (Pute) (EI, FL, GL, WE, ZW) BIO BohlsenerMühle Keks (DI, GL, HN, LK, MA, MP, NÜ, SL, SE, SJ, WA, ZU)
Mi	11.10.2017	Salzkartoffeln Schnippelb. in Petersiliensoße (BO, GL, LK, MP, WE) Hähnchenkeule (FL, PA) Obst (FRU)
Do	12.10.2017	Weißkrautsalat (SW, ZU) Parboiled Reis Geflügelgyros (FL, KN, ZW) Tsatsiki (KN, LK, MP) Fruchtschnitte (AP, EN, GER, GL, HA, HO, MP, NÜ, SE, SJ, FRU, ZI)
Fr	13.10.2017	Salatmix Falafel (MÖ, PA) Vinaigrette (SW, SF, ZU) Salzkartoffeln Lachsfilet in Kräuterbutter (FI, KN, MP, 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