

# Speiseplan



Schule: KGS Mainzer Straße

Der Speiseplan gilt für die KW 1, also vom Datum vom bis Datum bis



Unser Speiseplan entspricht dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“. Er wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) zertifiziert und mit diesem Logo ausgezeichnet.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
VEGETARISCHES GERICHT	Kartoffeln mit Kräuterquark (Schnittlauch, Petersilie, Basilikum) [g] 2.9	Vollkorncurryreis mit Sojageschnetzeltem in Gemüsesoße (Erbsen, Möhren, Spargel) [a1, c, g]	Penne [a1] & Cheese (Cheddar, Parmesan) [a1, g] 1.37	Kartoffeln mit Polenta Spinat Knuspertaschen [a1, g]	Wunschessen
MIT FLEISCH/FISCH-KOMPONENTE		Vollkorncurryreis mit Bio-Hühnerfrikassee (Erbsen, Möhren, Spargel) [a1, g] 5.29		Kartoffeln mit Lachsfilet [d] in Senfsoße [a1, j] 9.25	
SALAT + ROHKOST	Friseesalat, Tomaten, Rucola Schnittlauch-Dressina	Lollo Bionda, Eichblattsalat, Kidney Bohnen Frischkäse-Dressing [g]	Kopfsalat, Romanasalat, Kürbiskerne Senfdressing [i]	Ratatouille-Gemüse (Tomaten, Zucchini, Auberginen, Paprika)	
DESSERT + OBST		Wunsch Dessert			

Wir behalten uns kurzfristige Änderungen des Speiseplans vor.

Zusatzstoffe

- |                                    |  |
|------------------------------------|--|
| 1 Mit Farbstoff                    | 6 Geschwärzt                                     |
| 2 Mit Konservierungsstoff          | 7 Gewachst                                       |
| 2.1 Mit Nitritpökelsalz            | 8 Mit Phosphat                                   |
| 2.2 Mit Nitrat                     | 9 Süßungsmittel(n)                               |
| 2.3 Mit Nitratpökelsalz und Nitrat | 10 Mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln        |
| 3 Mit Antioxidationsmittel         | 11 Enthält eine Phenylalaninquelle               |
| 4 Mit Geschmacksverstärker         | 12 Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken |
| 5 Geschwefelt                      |  |

Allergene

- |              |                  |   |
|--------------|------------------|---|
| a1 Weizen    | e Erdnüsse       | h6 Paranüsse  |
| a2 Roggen    | f Sojabohnen     | h7 Pistazien  |
| a3 Gerste    | g Milch, Laktose | h8 Macadamia- oder Queenslandnüsse                    |
| a4 Hafer     | h1 Mandeln       | i Sellerie  |
| a5 Dinkel    | h2 Haselnüsse    | j Senf  |
| b Krebstiere | h3 Walnüsse      | k Sesamsamen  |
| c Eier       | h4 Kaschunüsse   | l Schwefeldioxid und Sulfite (ab 10 mg pro kg oder l) |
| d Fische     | h5 Pecannüsse    | m Lupine  |
|              |                  | n Weichtiere (z.B. Tintenfisch, Muscheln etc.)        |

Netzwerk e.V. ist bestrebt, den Anteil an Produkten mit folgenden Siegeln (im Sinne der 17 UN-Nachhaltigkeitsziele) kontinuierlich zu erhöhen:



Bio-Produkt aus kontrolliert biologischem Anbau (DE-ÖKO-006)



Verantwortungsbewusste Fischprodukte



EU-Bio-Logo

