

# Speiseplan



Schule: KGS Mainzer Straße

Der Speiseplan gilt für die KW **2**, 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	Gebratene Spaghetti [a1] mit Gemüse (Lauch, Paprika, Möhren, Frühlingszwiebeln) & Ei [c]	Püree [g] mit Gemüsestäbchen [a1]	Vollkornreis mit veganen Hackbällchen [a1,j] in Tomatensoße  1.35	Kartoffeln mit gefüllter Paprikaschote [a1,i,j]	Wunschessen
MIT FLEISCH/FISCH-KOMPONENTE		Püree [g] mit Backfisch [a1,d]  9.2		Kartoffeln mit Bio-Rindersteak in Zwiebelsoße [a1,g]  6.14	
SALAT + ROHKOST	Eisbergsalat mit Gurken und Schnittlauch  Joghurt-Dressing [g]	Erbsen und Mais in Kräuterbutter (Schnittlauch, Petersilie)	Eichblattsalat, Feldsalat, Radieschen  Kräuter-Dressing	Kopfsalat mit Kirschtomaten und Feta-Käse  Honig-Senf Dressing	
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 Sulfit (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

