

Speiseplan



Schule: KGS Mainzer Straße

Der Speiseplan gilt für die KW **43 alle 3 Wochen**, also vom **24.10.2022** bis **23.12.2022**

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	<p><i>Reis Chili sin Carne</i> (Soja [f], Kidney Bohnen)</p> <p>1.29</p>	<p><i>Bunte Möhren Kartoffelsuppe</i> <i>(Porree, Sellerie) [i]</i></p> <p>2.16</p>	<p><i>Tris di Pasta al Forno</i> (Sojahack) [f]</p>	<p><i>Kartoffel mit Valess – Schnitzel [a1] & Paprika-Skyr Dip [g]</i></p>	<p>Wunschessen</p>
MIT FLEISCH/FISCH-KOMPONENTE			<p><i>Tris di Pasta al Forno</i> (Rinderhack & Mozzarella) [g]</p> <p>9.14</p>	<p><i>Kartoffeln mit paniertem Kabeljau [a] & Paprika-Skyr Dip [g]</i></p>	
SALAT + ROHKOST	<p><i>Eisbergsalat, Tomaten, Mozzarella [g]</i> <i>Senfdressing [j]</i></p>	<p><i>Körnerherzbrötchen [a1, a2, a5, k]</i></p>	<p><i>Lollo Rosso mit Gurken & Sonnenblumenkernen</i> <i>Joghurtdressing [g; j]</i></p>	<p><i>Buttergemüse</i> (Erbsen & Möhren)</p>	
DESSERT + OBST		<p>Wunsch Dessert</p>			

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

