

Speiseplan



Schule: KGS Mainzer Straße

Der Speiseplan gilt für die KW **1**, also vom **Datum vom Oktober 22** bis **Datum bis April 23**

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 | Tagliatelle [a1] mit Tomaten Pesto (getrocknete Tomaten in Öl) 1.10 | Linseneintopf (Kartoffeln, Möhren) [i] 3.16 | Basmati-Wildreismix mit Gemüseknusperbagel [a1] | Kartoffelpüree [g] mit Sojageschnetzelten [f] in Champignonsoße [g] | Wunschessen |
| MIT FLEISCH/FISCH-KOMPONENTE | | | Basmati-Wildreismix mit Lachs [d] in Dill-Soße [g] 9.14 | Kartoffelpüree [g] mit Bio-Putengeschnetzeltem in Champignonsoße [g] 5.22 | |
| SALAT + ROHKOST | Lollo Bionda, Romana, Kürbiskerne Frischkäsedressing [g] | Roggenvollkornbrot [a2,a3] | Eichblattsalat, Kopfsalat, Kichererbsen Schnittlauch-Dressing | Kaisergemüse (Möhren, Erbsen, Broccoli) | |
| 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

