

ESS | **PLAN 31.08. – 04.09.2026**

RUDOLF-KOCH-SCHULE

Es kocht für Sie: ESSWERK / Tel. 069/83009786-0

Tägliche Lunchtüte:

Inhalt immer 1. Hauptkomponente (wechselnd z.B. belegtes Brötchen, Gemüsetasche, Pizzatecke...), 1 Getränk, 1 Stück Obst (Apfel, Banane, Birne o.ä.)

- Montag, 31.08.** I Hähnchengeschnetzeltes in Rahmsauce^(g), dazu Kartoffeln und Gemüse der Saison
II vegetarische Gnocchi^(c) mit Käse-Sahne-Sauce^(g), dazu Rohkost
- Dienstag, 01.09.** I Rindergulasch mit Paprika und Zwiebeln, dazu Nudeln^(a1) (Bio Nudeln) und Salat^(i,j) (Essig-Öl-Dressing)
II Sellerieschnitzel^(a1,c,i) mit heller Sauce^(g) und Ebly^(a1) (Bio Weizen), zum Nachtisch gesüßter Naturjoghurt^(g) (enthält Bio Zucker)
- Mittwoch, 02.09.** Pädagogischer Tag
- Donnerstag, 03.09.** I Geflügelwiener⁽⁵⁾ mit Ketchup und Twisterkartoffeln, dazu Rohkost
II Kartoffeltasche^(g) mit Frischkäse^(g) gefüllt, dazu Tomatensauce, zum Nachtisch gesüßter Naturquark^(g) (enthält Bio Zucker)
- Freitag, 04.09.** I Schweineschnitzel „Natur“ mit Paprikasauce und Reis (Bio Reis), zum Nachtisch Obst
II Curry-Gemüse (Bio Reis, Blumenkohl, Brokkoli, Karotten), dazu Karottensalat mit Essig-Öl-Dressing^(i,j) und Obst

Änderungen vorbehalten

Allergenkennzeichnung :

(a) Glutenhaltiges Getreide: (a1) Weizen, (a2) Roggen, (a3) Gerste, (a4) Hafer, (a5) Dinkel, (a6) Kamut
(b) Krebstiere, (c) Eier, (d) Fisch, (e) Erdnüsse, (f) Soja, (g) Milch incl. Laktose, (i) Sellerie, (j) Senf, (k) Sesamsamen, (l) Schwefeldioxid, und Sulfite, (m) Lupine, (n) Weichtiere
(h) Schalenfrüchte: (h1) Mandeln, (h2) Haselnüsse, (h3) Walnüsse, (h4) Cashewnüsse, (h5) Pecannüsse, (h6) Paranüsse, (h7) Pistazien, (h8) Macadamianüsse

Zusatzstoffe:

(1) mit Farbstoffen (2) mit Konservierungsstoffen (3) mit Antioxidationsmittel (4) mit Geschmacksverstärker (5) mit Phosphat (6) mit Nitrit Pökelsalz

Verwendung von Nudeln, Reis, Bulgur, Couscous, Grieß, Soja und Zucker immer in biologische Qualität



*DE-ÖKO-012 aus EU-/ nicht EU-Landwirtschaft / Kontrollstelle



Wir wünschen guten Appetit! – Ihr ESSWERK

