

Michael-Schule  
 Frankfurt-Griesheim

# SPEISENPLAN

13.06.22 bis 16.06.22

KW 24  
 Sommer 3 1

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
				<b>Fronleichnam</b>
<b>Suppe</b>	Tomatensuppe	Kohlrabi-Creme-Suppe	Hirsesuppe	
	vegan, glutenfrei	vegan, glutenfrei	vegan, glutenfrei	
<b>Hauptgericht</b>	Käsespätzle	Gemüse-Paella	Gemüse-Strudel	
	0 Aa; G;	vegan, glutenfrei G;	vegan Ae;	
<b>Beilage</b>	Basmatireis	0	Senf-Creme-Soße	
	vegan, glutenfrei	0	vegan, glutenfrei F; J;	
<b>Gemüse</b>				
<b>Salat</b>	Blattsalat	Tomaten-Gurken-Salat	Gemischter Salat	
	vegan, glutenfrei J;	vegan, glutenfrei	vegan, glutenfrei	
<b>Dessert</b>	Erdbeeren auf Vanillecreme	Honigmelone	Himbeer-Quarkspeise	
	vegan, glutenfrei F;	vegan, glutenfrei	ohne Gluten G;	

**Informationen**

Speisenplanänderungen sind vorbehalten

- Zusatzstoffe:** 1: mit Farbstoff 2: mit Konservierungsstoff 3: mit Antioxidationsmittel 4: mit Geschmacksverstärker 5: geschwefelt 6: geschwärzt 7: gewachst 8: mit Süßungsmittel 9: mit Phosphat
- Allergene:** A: Gluten Aa: Weizen Ab: Roggen Ac: Gerste Ad: Hafer Ae: Dinkel B: Krebstiere C: Ei D: Fisch E: Erdnuss F: Soja G: Milch  
 H: Schalenfrüchte Ha: Mandel Hb: Haselnuss Hc: Walnuss Hd: Pistazie I: Sellerie J: Senf K: Sesam L: Schwefel M: Lupine N: Weichtiere

Michael-Schule  
 Frankfurt-Griesheim

# SPEISENPLAN

20.06.22 bis 23.06.22

KW 25  
 Sommer 3 2

## Informationen

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
<b>Suppe</b>	Karottensuppe <small>vegan, glutenfrei F;</small>	Maisgrieß-Suppe <small>vegan, glutenfrei</small>	Kartoffelsuppe <small>vegan, glutenfrei</small>	Gemüsebrühe mit Einlage <small>vegan, glutenfrei</small>
<b>Hauptgericht</b>	Ratatouille <small>vegan, glutenfrei</small>	Auberginen-Canneloni mit Hirse <small>ohne Gluten G;</small>	Kohlrabi-Möhren-Gemüse <small>vegan, glutenfrei</small>	Bolognese-Soße <small>vegan, glutenfrei</small>
<b>Beilage</b>	Naturreis <small>vegan, glutenfrei</small>	0 <small>0</small>	Butterkartoffeln <small>vegan, glutenfrei</small>	Dinkel-Penne <small>vegan Ad;</small>
<b>Gemüse</b>				
<b>Salat</b>	Blattsalat <small>vegan, glutenfrei J;</small>	Gemischter Salat <small>vegan, glutenfrei K;</small>	Tomatensalat m. Mozzarella <small>ohne Gluten G; J;</small>	Rohkostsalat <small>vegan, glutenfrei J;</small>
<b>Dessert</b>	Erdbeeren auf Joghurt <small>ohne Gluten G;</small>	Schoko-Creme <small>vegan, glutenfrei F;</small>	Wackelpudding m. Sahne <small>ohne Gluten G;</small>	Aprikosen-Mandel-Kuchen <small>vegan, glutenfrei F; Ha;</small>

Speisenplanänderungen sind vorbehalten

**Zusatzstoffe:** 1: mit Farbstoff 2: mit Konservierungsstoff 3: mit Antioxidationsmittel 4: mit Geschmacksverstärker 5: geschwefelt 6: geschwärzt 7: gewachst 8: mit Süßungsmittel 9: mit Phosphat

**Allergene:** A: Gluten Aa: Weizen Ab: Roggen Ac: Gerste Ad: Hafer Ae: Dinkel B: Krebstiere C: Ei D: Fisch E: Erdnuss F: Soja G: Milch

H: Schalenfrüchte Ha: Mandel Hb: Haselnuss Hc: Walnuss Hd: Pistazie I: Sellerie J: Senf K: Sesam L: Schwefel M: Lupine N: Weichtiere

Michael-Schule  
 Frankfurt-Griesheim

# SPEISENPLAN

27.06.22 bis 30.06.22

KW 26  
 Sommer 3 3

## Informationen

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
<b>Suppe</b>	Brokkolisuppe <small>vegan, glutenfrei F;</small>	Hafersuppe <small>vegan, glutenfrei</small>	Linsensuppe <small>vegan, glutenfrei</small>	Gemüse-Creme-Suppe <small>vegan, glutenfrei</small>
<b>Hauptgericht</b>	Gemüse-Kokos-Curry <small>vegan, glutenfrei J;</small>	Kräuterquark <small>ohne Gluten G;</small>	gefüllte Paprika <small>vegan, glutenfrei</small>	Pizza Tomate-Mozzarella <small>Ae; G;</small>
<b>Beilage</b>	Basmatireis <small>vegan, glutenfrei</small>	Butterkartoffeln <small>vegan, glutenfrei</small>	0 <small>0</small>	0 <small>0</small>
<b>Gemüse</b>				
<b>Salat</b>	Gurkensalat <small>ohne Gluten G;</small>	Gemischter Salat <small>vegan, glutenfrei J;</small>	Blattsalat <small>vegan, glutenfrei</small>	Gemischter Salat <small>vegan, glutenfrei J;</small>
<b>Dessert</b>	Obst-Salat m. Vanillesoße <small>vegan, glutenfrei</small>	Karamelpudding <small>ohne Gluten G;</small>	Rababer-Erdbeer-Crumble <small>vegan Ae;</small>	Pfirsich auf Milchreis <small>Ohne Gluten G;</small>

Speisenplanänderungen sind vorbehalten

**Zusatzstoffe:** 1: mit Farbstoff 2: mit Konservierungsstoff 3: mit Antioxidationsmittel 4: mit Geschmacksverstärker 5: geschwefelt 6: geschwärzt 7: gewachst 8: mit Süßungsmittel 9: mit Phosphat

**Allergene:** A: Gluten Aa: Weizen Ab: Roggen Ac: Gerste Ad: Hafer Ae: Dinkel B: Krebstiere C: Ei D: Fisch E: Erdnuss F: Soja G: Milch

H: Schalenfrüchte Ha: Mandel Hb: Haselnuss Hc: Walnuss Hd: Pistazie I: Sellerie J: Senf K: Sesam L: Schwefel M: Lupine N: Weichtiere

Michael-Schule  
 Frankfurt-Griesheim

# S P E I S E N P L A N

04.07.22 bis 07.07.22

KW 27  
 Sommer 3 4

## Informationen

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
<b>Suppe</b>	Lauchsuppe vegan, glutenfrei F; 0	Blumenkohl-Creme-Suppe vegan, glutenfrei 0	Brühe mit Gem.-Einlage Vegan Ad; 0	Selleriesuppe vegan, glutenfrei 0
<b>Hauptgericht</b>	Gemüsecurry vegan, glutenfrei 0	Zucchini-Kartoffel-Pfanne ohne Gluten Ae; G; 0	Grünkern-Bratlinge vegan Ae; F; 0	Gemüse-Lassangna 0 Ae; G; 0
<b>Beilage</b>	Basmatireis vegan, glutenfrei 0	0 0 0		0 0 0
<b>Gemüse</b>			Rahmspinat vegan, glutenfrei J; 0	
<b>Salat</b>	grüner Salat vegan, glutenfrei G; 0	Gemischter Salat vegan, glutenfrei 0	Karottensalat vegan, glutenfrei 0	Blattsalat vegan, glutenfrei J; 0
<b>Dessert</b>	Melonensalat vegan, glutenfrei F; 0	Vanillepudding m. Kirschen ohne Gluten F; G; 0	Zitronencreme vegan, glutenfrei F; 0	Joghurt mit Rhababerkompott ohne Gluten 0

Speisenplanänderungen sind vorbehalten

**Zusatzstoffe:** 1: mit Farbstoff 2: mit Konservierungsstoff 3: mit Antioxidationsmittel 4: mit Geschmacksverstärker 5: geschwefelt 6: geschwärzt 7: gewachst 8: mit Süßungsmittel 9: mit Phosphat

**Allergene:** A: Gluten Aa: Weizen Ab: Roggen Ac: Gerste Ad: Hafer Ae: Dinkel B: Krebstiere C: Ei D: Fisch E: Erdnuss F: Soja G: Milch

H: Schalenfrüchte Ha: Mandel Hb: Haselnuss Hc: Walnuss Hd: Pistazie I: Sellerie J: Senf K: Sesam L: Schwefel M: Lupine N: Weichtiere