

Michael-Schule
Frankfurt-Griesheim

SPEISENPLAN

26.08.24 bis 29.08.24

KW 35

Sommer 1 1

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
	keine Nachmittagbetreuung			
Suppe		Zucchini- suppe <small>vegan, glutenfrei F; J;</small>	Blumenkohl- suppe <small>vegan, glutenfrei</small>	Gemüsebrühe mit Tofu <small>vegan, glutenfrei F;</small>
Hauptgericht		Reis-Gemüse- pfanne <small>vegan, glutenfrei</small>	Möhren-Hirse- bratlinge <small>vegan, glutenfrei F;</small>	Zucchini-Fenchel- gemüse <small>vegan, glutenfrei</small>
Beilage			Mangold in Cremesoße <small>vegan, glutenfrei F;</small>	Dinkel-Bulgur <small>vegan Ae;</small>
Gemüse				
Salat		Gurkensalat <small>vegan, glutenfrei J; K;</small>	Blattsalat <small>vegan, glutenfrei</small>	gemischter Salat <small>vegan, glutenfrei J;</small>
Dessert		Melonen- Dessert <small>vegan, glutenfrei</small>	Zitronen- creme <small>vegan, glutenfrei F;</small>	Schoko- pudding <small>ohne Gluten G;</small>

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

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
--	--------	----------	----------	------------

Suppe

rote Linsensuppe	Lauchcremesuppe	Hirsesuppe	Brühe mit Backerbsen
vegan, glutenfrei 0	vegan, glutenfrei F;	vegan, glutenfrei 0	vegan Ae;

Informationen

Hauptgericht

Blumenkohl-Curry	Kürbis-Kartoffel-Auflauf	Gemüse-Pizza	Gemüsebolognese
vegan, glutenfrei J;	vegan, glutenfrei F;	0 Ae; G;	vegan, glutenfrei 0

Beilage

Basmatireis			Penne-Nudeln
vegan, glutenfrei 0	0	0	vegan Ae;

Gemüse

Salat

Gurken-Minze-Dip	Rohkostsalat	Blattsalat	gemischter Salat
ohne Gluten G;	vegan, glutenfrei K;	vegan, glutenfrei J;	vegan, glutenfrei 0

Dessert

Mango-Quarkspeise	Obst-Grütze m. Vanillesoße	Apfel-Joghurt-Creme	Vanillepudding
ohne Gluten G;	vegan, glutenfrei F;	ohne Gluten G; F;	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

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
--	--------	----------	----------	------------

Suppe

Kartoffelsuppe	Brühe mit Gem.-Einlage	Maiscremesuppe	Kürbissuppe
vegan, glutenfrei 0	vegan, glutenfrei F;	vegan, glutenfrei 0	vegan, glutenfrei 0

Informationen

Hauptgericht

Ratatouille Gemüse	Karotten-Bohnen-Gemüse	Gemüse-Lasagne	Käsespätzle mit Pilzen
vegan, glutenfrei 0	vegan, glutenfrei F;	0 Ae; G;	0 Ae; G;

Beilage

Naturreis	Kartoffelstampf		
vegan, glutenfrei 0	vegan, glutenfrei 0		0

Gemüse

		0	0

Salat

gemischter Salat	Blattsalat	Gurkensalat	gemischter Salat
vegan, glutenfrei 0	vegan, glutenfrei 0	ohne Gluten G;	vegan, glutenfrei J;

Dessert

Kompott mit Hafercrunchy	Mandelcreme	Schoko-Malzbier-Muffin	Beerenquark
vegan Ad;	vegan, glutenfrei Ha; F;	vegan Ae; F;	ohne Gluten G;

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

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
Suppe	Tomatensuppe vegan, glutenfrei F;	Gemüsebrühe mit Tofu vegan, glutenfrei F;	Reissuppe vegan, glutenfrei 0	Möhrensuppe vegan, glutenfrei F;
Hauptgericht	ital. Gemüse-Pilz-Risotto vegan, glutenfrei F; J;	Linsenbratlinge vegan, glutenfrei 0	gefüllte Paprika vegan, glutenfrei F;	Kürbisgemüse mit Äpfel vegan, glutenfrei J;
Beilage				Spirellinudeln vegan Aa;
Gemüse		Karottengemüse vegan, glutenfrei 0		
Salat	Blattsalat vegan, glutenfrei J;	gemischter Salat vegan, glutenfrei J;	Griechischer Salat ohne Gluten G;	Spitzkohlsalat vegan, glutenfrei J;
Dessert	Süßkartoffel-Creme vegan, glutenfrei F;	Himbeer-Quark ohne Gluten G;	Milchreis mit Honig-Mandeln vegan, glutenfrei F; Ha;	Schoko-Creme 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