

Michael-Schule
Frankfurt-Griesheim

SPEISENPLAN

23.09.24 bis 26.09.24

KW 39

Sommer 2 1

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
Suppe	Selleriesuppe vegan, glutenfrei I;	Zucchini-Suppe vegan, glutenfrei F; J;	Blumenkohlsuppe vegan, glutenfrei 0	Gemüsebrühe mit Tofu vegan, glutenfrei F;
Hauptgericht	Blumenkohl-Curry vegan, glutenfrei J;	Gemüsepfanne vegan, glutenfrei 0	Möhren-Hirsebratlinge vegan, glutenfrei F;	Zucchini-Fenchelgemüse vegan, glutenfrei 0
Beilage	Basmatireis vegan, glutenfrei 0			Dinkel-Bulgur vegan Ae;
Gemüse			Mangold in Cremesoße vegan, glutenfrei F;	
Salat	Frischkostsalat vegan, glutenfrei 0	Gurkensalat vegan, glutenfrei J; K;	Blattsalat vegan, glutenfrei 0	gemischter Salat vegan, glutenfrei J;
Dessert	Karamellpudding ohne Gluten G;	Melonen-Dessert vegan, glutenfrei 0	Zitronencreme vegan, glutenfrei F;	Schokopudding 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

Informationen

Michael-Schule
Frankfurt-Griesheim

SPEISENPLAN

30.09.24 bis 03.10.24

KW 40
Bildungstage

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
			Bildungstag	Feiertag
Suppe	Gemüsecremesuppe <small>vegan, glutenfrei F;</small>	Brühe mit Gem.-Einlage <small>vegan, glutenfrei</small>		
Hauptgericht	Rote Kartoffelpfanne <small>vegan, glutenfrei F;</small>	Grünkernbratlinge <small>vegan Ae; F;</small>		
Beilage				
Gemüse		Rahmblumenkohl <small>vegan, glutenfrei F;</small>		
Salat	Blattsalat <small>vegan, glutenfrei J;</small>	Rote Beete Salat <small>vegan, glutenfrei</small>		
Dessert	Milchreis mit Apfelmark <small>vegan, Glutenfrei</small>	Aprikosen-Quarkspeise <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 vegan, glutenfrei 0	Lauchcremesuppe vegan, glutenfrei F;	Hirsesuppe vegan, glutenfrei 0	Brühe mit Backerbsen vegan Ae;
Hauptgericht	Blumenkohl-Curry vegan, glutenfrei J;	Kürbis-Kartoffel-Auflauf vegan, glutenfrei F;	Gemüse-Pizza 0 Ae; G;	Gemüsebolognese vegan, glutenfrei F; I;
Beilage	Basmatireis vegan, glutenfrei 0			Penne-Nudeln vegan Ae;
Gemüse				
Salat	Gurken-Minze-Dip ohne Gluten G;	Rohkostsalat vegan, glutenfrei K;	Blattsalat vegan, glutenfrei J;	gemischter Salat vegan, glutenfrei j;
Dessert	Mango-Quarkspeise ohne Gluten G;	Obst-Grütze m. Vanillesoße vegan, glutenfrei F;	Apfel-Joghurt-Creme ohne Gluten G; F;	Vanillepudding ohne Gluten G;

Speisenplanänderungen sind vorbehalten

Informationen

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

28.10.24 bis 31.10.24

KW 44

Sommer 2 3

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
Suppe	Kartoffelsuppe vegan, glutenfrei 0	Brühe mit Gem.-Einlage vegan, glutenfrei F;	Maiscremesuppe vegan, glutenfrei 0	Kürbissuppe vegan, glutenfrei 0
Hauptgericht	Ratatouille Gemüse vegan, glutenfrei 0	Karotten-Bohnen-Gemüse vegan, glutenfrei F;	Gemüse-Lasagne 0 Ae; G;	Käsespätzle mit Pilzen 0 Ae; G;
Beilage	Naturreis vegan, glutenfrei 0	Butterkartoffeln vegan, glutenfrei 0		
Gemüse				
Salat	gemischter Salat vegan, glutenfrei 0	Blattsalat vegan, glutenfrei 0	Gurkensalat ohne Gluten G;	gemischter Salat vegan, glutenfrei J;
Dessert	Kompott mit Hafercrunchy vegan Ad;	Schoko-Malzbier-Muffin vegan Ae; F;	Mandelcremespeise vegan, glutenfrei Ha; F;	Beerenquark ohne Gluten G;

Speisenplanänderungen sind vorbehalten

Informationen

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

04.11.24 bis 07.11.24

KW 45

Sommer 2 4

	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	Bayrisch Kraut vegan, glutenfrei 0	Kürbisgemüse mit Apfel vegan, glutenfrei J;
Beilage				Spirellinudeln vegan Aa;
Gemüse		Karottengemüse vegan, glutenfrei 0		
Salat	Blattsalat vegan, glutenfrei J;	gemischter Salat vegan, glutenfrei J;	Rohkostsalat vegan, glutenfrei J;	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;

Speisenplanänderungen sind vorbehalten

Informationen

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