

Michael-Schule
Frankfurt-Griesheim

SPEISENPLAN

15.05.23 bis 18.05.23

KW 20
Frühling 2. 1

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
				Christi Himmelfahrt
Suppe	Tomatensuppe vegan, glutenfrei		Kartoffelsuppe vegan, glutenfrei	
Hauptgericht	Spinat-Kichererbsen-Curry vegan, glutenfrei	Bunter Frühlings-Eintopf vegan, glutenfrei	Gemüse-Pizza mit Tomate Mozzarella 0 Ae; G;	
Beilage	Naturreis vegan, glutenfrei	Roggenbrot vegan	0 0	
Gemüse				
Salat	Tomaten-Gurkensalat vegan, glutenfrei	Gemischter Salat vegan, glutenfrei	Blattsalat vegan, glutenfrei	
Dessert	Himbeerjoghurt ohne Gluten	Hirsecreme mit Pfirsich vegan, glutenfrei	Vanillepudding m. Kirschen ohne Gluten	

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

S P E I S E N P L A N

22.05.23 bis 25.05.23

KW 21
Frühling 2. 2

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

Suppe	Zwiebelsuppe <small>vegan, glutenfrei</small>	Lauch-Creme-Suppe <small>vegan, glutenfrei</small>	Brühe mit Gem.-Einlage <small>vegan, glutenfrei</small>	Gemüse-Creme-Suppe <small>vegan, glutenfrei</small>
Hauptgericht	Blumenkohl-Risotto <small>vegan, glutenfrei</small>	Bohnen-Karotten-Gemüse <small>vegan, glutenfrei</small>	Quinoa-Taler <small>vegan, glutenfrei</small>	Schupfnudeln m. Rahmgemüse <small>vegan</small>
Beilage	0	Kartoffelpüree <small>vegan, glutenfrei</small>	Zucchini-Tomaten-Gemüse <small>vegan, glutenfrei</small>	0
Gemüse				
Salat	Blattsalat <small>vegan, glutenfrei</small>	Frischkostsalat <small>vegan, glutenfrei</small>	Gurkensalat <small>ohne Gluten</small>	gemischter Salat <small>vegan, glutenfrei</small>
Dessert	Milchreis m. Mandeln <small>vegan, glutenfrei</small>	Bananen-Quark <small>ohne Gluten</small>	Kokos-Reis-Pudding <small>vegan, glutenfrei</small>	Apfelcremespeise <small>vegan, glutenfrei</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

Michael-Schule
Frankfurt-Griesheim

SPEISENPLAN

29.05.23 bis 01.06.23

KW 22
Frühling 2. 3

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
	Pfingsten			
Suppe		Blumenkohlcremesuppe	0	Hafer-Suppe
		vegan, glutenfrei F;	0 0	vegan, glutenfrei F;
Hauptgericht		Kräuter-Quark	Chilli sin Carne	Gemüse-Quiche
		ohne Gluten G;	vegan, glutenfrei F;	vegan Ae; F;
Beilage		Butterkartoffeln	Tacos	0
		vegan, glutenfrei 0	vegan, glutenfrei 0	0 0
Gemüse				
Salat		Gemischter Salat	Blattsalat	Gemischter Salat
		vegan, glutenfrei J;	vegan, glutenfrei 0	vegan, glutenfrei J;
Dessert		Karotten-Sesam-Muffin	Karamellpudding	Obstsalat auf Joghurt
		vegan Ae; K;	ohne Gluten G;	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

05.06.23 bis 08.06.23

KW 23
 Frühling 2. 4

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
				Fronleichnam
Suppe	Rote Bete Suppe <small>vegan, glutenfrei</small> F;	Fenchel-Creme-Suppe <small>vegan, glutenfrei</small> F;	Gemüsebrühe mit Tofu <small>vegan, glutenfrei</small> F;	
Hauptgericht	China-Gemüsepfanne <small>vegan, glutenfrei</small> J;	Spitzkohl-Kartoffel-Auflauf <small>vegan, glutenfrei</small> F;	Linsen-Reis-Bratlinge <small>vegan, glutenfrei</small> F;	
Beilage	Reis <small>vegan, glutenfrei</small> 0		Mangold in Sahnesoße <small>vegan</small> Ae; F;	
Gemüse				
Salat	Gemischter Salat <small>vegan, glutenfrei</small> 0	Blattsalat <small>vegan, glutenfrei</small> J; K;	Karotten-Apfel Salat <small>vegan, glutenfrei</small> 0	
Dessert	Beeren-Creme-Dessert <small>vegan, glutenfrei</small> F;	Kirsch-Joghurt <small>ohne Guten</small> G;	Schokopudding <small>ohne Gluten</small> G;	

Informationen

Speisenplanänderungen sind vorbe

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