

Michael-Schule
Frankfurt-Griesheim

SPEISENPLAN

05.09.2022 bis 08.09.2022

KW 36

Sommer 1 1

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
	keine Nachmittagsbetreuung			
Suppe		Kalte Gurkensuppe vegan, glutenfrei F; J;	Blumenkohlsuppe vegan, glutenfrei 0	Gemüsebrühe mit Tofu vegan, glutenfrei F;
Hauptgericht		Reis-Gemüsepfanne vegan, glutenfrei 0	Möhren-Hirsebratlinge vegan, glutenfrei F;	Zucchini-Fenchelgemüse vegan, glutenfrei 0
Beilage			Mangold in Cremesoße vegan, glutenfrei F;	Polenta vegan, glutenfrei 0
Gemüse				
Salat		gemischter Salat vegan, glutenfrei J; K;	Blattsalat vegan, glutenfrei 0	Tomatensalat vegan, glutenfrei J;
Dessert		Melonen-Dessert vegan, glutenfrei 0	Zitronencreme vegan, glutenfrei F;	Schokopudding 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

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

Suppe	rote Linsensuppe <small>vegan, glutenfrei</small>	Lauchcremesuppe <small>vegan, glutenfrei F;</small>	Hirsensuppe <small>vegan, glutenfrei</small>	Brühe mit Backerbsen <small>vegan Ae;</small>
Hauptgericht	Blumenkohl-Curry <small>vegan, glutenfrei J;</small>	Kürbis-Kartoffel-Puffer <small>vegan, glutenfrei</small>	Gemüse-Pizza <small>0 Ae; G;</small>	Gemüsebolognese <small>vegan, glutenfrei</small>
Beilage	Basmatireis <small>vegan, glutenfrei</small>	Apfelmus <small>vegan, glutenfrei</small>	 <small>0</small>	Penne-Nudeln <small>vegan Ae;</small>
Gemüse				
Salat	Gurken-Minze-Dip <small>ohne Gluten G;</small>	gemischter Salat <small>vegan, glutenfrei K;</small>	Blattsalat <small>vegan, glutenfrei J;</small>	Tomaten-Gurken-Salat <small>vegan, glutenfrei</small>
Dessert	Mango-Quarkspeise <small>ohne Gluten G;</small>	Obst-Grütze m. Vanillesoße <small>vegan, glutenfrei F;</small>	Apfel-Grumble <small>vegan Ae;</small>	Vanillepudding <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

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
Suppe	Kartoffelsuppe <small>vegan, glutenfrei</small>	Brühe mit Gem.-Einlage <small>vegan, glutenfrei F;</small>	Maiscremesuppe <small>vegan, glutenfrei</small>	Kürbissuppe <small>vegan, glutenfrei</small>
Hauptgericht	Ratatouille Gemüse <small>vegan, glutenfrei</small>	Bohngemüse <small>0 Ae; G;</small>	Gemüse-Lasagne <small>0 Ae; G;</small>	Käsespätzle mit Pilzen <small>0 Ae; G;</small>
Beilage	Naturreis <small>vegan, glutenfrei</small>	Kartoffelstampf <small>vegan, glutenfrei</small>		
Gemüse				
Salat	gemischter Salat <small>vegan, glutenfrei</small>	Blattsalat <small>vegan, glutenfrei</small>	Gurkensalat <small>ohne Gluten G;</small>	gemischter Salat <small>vegan, glutenfrei J;</small>
Dessert	Birnenkompott mit Hafercrunchy <small>vegan Ad;</small>	Mandelcreme <small>vegan, glutenfrei Ha; F;</small>	Schoko-Malzbier-Muffin <small>vegan Ae; F;</small>	Beerenquark <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	Tomatensuppe <small>vegan, glutenfrei F;</small>	Gemüsebrühe mit Tofu <small>vegan, glutenfrei F;</small>	Reissuppe <small>vegan, glutenfrei 0</small>	Möhrensuppe <small>vegan, glutenfrei F;</small>
Hauptgericht	ital. Gemüse-Reis-Pfanne <small>vegan, glutenfrei F; J;</small>	gefüllte Paprika <small>vegan, glutenfrei 0</small>	Linsenbratlinge <small>vegan, glutenfrei F;</small>	Kürbisgemüse mit Äpfel <small>vegan, glutenfrei J;</small>
Beilage	0 <small>0</small>	Tomatensoße <small>vegan, glutenfrei 0</small>	Karottengemüse <small>vegan, glutenfrei F;</small>	Bulgur <small>vegan Aa;</small>
Gemüse				
Salat	Blattsalat <small>vegan, glutenfrei J;</small>	gemischter Salat <small>vegan, glutenfrei J;</small>	Griechischer Salat <small>ohne Gluten G;</small>	Spitzkohlsalat <small>vegan, glutenfrei J;</small>
Dessert	Süßkartoffel-Creme <small>vegan, glutenfrei F;</small>	Himbeer-Quark <small>ohne Gluten G;</small>	Milchreis mit Honig-Mandeln <small>vegan, glutenfrei F; Ha;</small>	Kokos-Schoko-Creme <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