

Michael-Schule
Frankfurt-Griesheim

SPEISENPLAN

27.09.21 bis 30.09.21

KW 39
Sommer 2 1

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

Suppe	Kürbissuppe <small>vegan, glutenfrei</small>	Gemüsebrühe mit Tofu <small>vegan, glutenfrei</small>	Zucchini-Suppe <small>vegan, glutenfrei</small>	Tomatensuppe <small>vegan, glutenfrei</small>
Hauptgericht	Blumenkohl-Curry <small>vegan, glutenfrei</small>	Mangoldgemüse <small>vegan, glutenfrei</small>	Möhren-Hirse-Bratlinge <small>vegan, glutenfrei</small>	Zucchini-Fenchelgemüse <small>vegan, glutenfrei</small>
Beilage	Basmatireis <small>vegan, glutenfrei</small>	Spirelli-Nudeln <small>vegan</small>	Kohlrabigemüse <small>vegan, glutenfrei</small>	Polenta <small>vegan, glutenfrei</small>
Gemüse				
Salat	Gurkensalat <small>ohne Gluten</small>	gemischter Salat <small>vegan, glutenfrei</small>	Spitzkohl-Karotten-Salat <small>vegan, glutenfrei</small>	Blattsalat <small>vegan, glutenfrei</small>
Dessert	Karamellpudding <small>vegan, glutenfrei</small>	Pflaumenkuchen <small>vegan</small>	Ananasjohurt <small>ohne Gluten</small>	Schokopudding <small>ohne Gluten</small>

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

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
	bewgl. Ferientag			
Suppe		Lauchcremesuppe	Hirsesuppe	Brühe mit Backerbsen
		vegan, glutenfrei 0	vegan, glutenfrei 0	vegan Ae;
Hauptgericht		Kürbis-Kartoffel-Auflauf	Gemüsebolognese	Gemüse-Pizza
		vegan, glutenfrei F; K;	vegan, glutenfrei 0	0 Ae; G;
Beilage		0	Penne-Nudeln	
		0 0	vegan Ae;	0 0
Gemüse				
Salat		gemischter Salat	Blattsalat	Tomaten-Gurken-Salat
		vegan, glutenfrei K;	vegan, glutenfrei 0	vegan, glutenfrei J;
Dessert		Mango-Quarkspeise	Apfelmus	Vanillepudding
		ohne Gluten G;	vegan, glutenfrei 0	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

25.10.21 bis 28.10.21

KW 43
Sommer 2 3

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	Hirse-Gemüsepfanne <small>vegan, glutenfrei</small>	Gemüse-Lassagna <small>0 Ae; G;</small>	Bayrisch Kraut <small>vegan, glutenfrei</small>	Ratatouille <small>vegan, glutenfrei</small>
Beilage	0 <small>0</small>	0 <small>0</small>	Kartoffelstampf <small>vegan, glutenfrei</small>	Spirelli-Nudeln <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	Pflaumenkompott mit Hafercrunchy <small>vegan Ad;</small>	Mandelpudding <small>vegan, glutenfrei Ha; F;</small>	Apfel-Mandel-Muffin <small>vegan Ae; G;</small>	Beerenquark <small>ohne Gluten G; F;</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</small>	Gemüsebrühe mit Tofu <small>vegan, glutenfrei F;</small>	Möhrensuppe <small>vegan, glutenfrei F;</small>	Hafersuppe <small>vegan, glutenfrei F;</small>
Hauptgericht	ital. Gemüse-Reis-Pfanne <small>vegan, glutenfrei F; J;</small>	Käsespätzle mit Pilzen <small>0 Aa; G;</small>	Linsenbratlinge <small>vegan, glutenfrei F;</small>	Kürbisgemüse mit Äpfel <small>vegan, glutenfrei 0</small>
Beilage	<small>0</small>	<small>0</small>	Wirsinggemüse <small>vegan, glutenfrei F;</small>	Bulgur <small>vegan Aa;</small>
Gemüse				
Salat	Blattsalat <small>vegan, glutenfrei J;</small>	Griechischer Salat <small>ohne Gluten G (Schaf)</small>	gemischter Salat <small>vegan, glutenfrei J;</small>	Spitzkohlsalat <small>vegan, glutenfrei J;</small>
Dessert	Butternut-Kürbis-Creme <small>vegan, glutenfrei F;</small>	Himbeer-Quark <small>ohne Gluten G;</small>	Milchreis mit Honig-Mandeln <small>vegan, glutenfrei 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