

Speiseplan

Westendschule - Hort, September 2024 **GLUTENFREI** / **ALLERGIKER**

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
02.09.2024	03.09.2024	04.09.2024	05.09.2024	06.09.2024
Glutenfreie Penne mit Tomatensoße Karottensalat Obstauswahl	Gebratenes Tilapia Filet Kurkuma-Orangen-Soße Langkornreis Brokkoli Obstauswahl	Hähnchenbrust Natur Rahmsoße Quinoa ^(A) Finger-Möhrrchen Banana Split	Rindergulasch ^(L) Wedges Maiskolben Gurken Sticks Obstauswahl	Linsen Curry mit Langkornreis Romana Salat Obstauswahl
Vollkorn Penne ^(A) mit Tomatenrahmsoße ^(F) (Champignon Soße) Karottensalat (Rucola) Obstauswahl (Ohne)	Gebratene Tilapia Kurkuma-Orangen-Soße ^(F) Langkornreis Brokkoli Obstauswahl (Ohne) (VEGETARISCHE MENÜ)	Hähnchenbrust Natur Rahmsoße ^(F) (Cary Soße) Quinoa ^(A) Finger-Möhrrchen (Romanesco) Banana Split (Aprikosen Split)	Rindergulasch Dinkelnudeln ^(A) Maiskolben (Blumenkohl) Gurken Sticks Obstauswahl (Ohne)	Gekochte Eier ^(C) Mit grüner Soße ^(F, C) Drillinge Kartoffeln Paprika Stick (Kohlrabi) Obstauswahl (Ohne)
09.09.2024	10.09.2024	11.09.2024	12.09.2024	13.09.2024
Putenragout ^(L) Vollkornreis Romanesco Mango Sorbet	Veganes Paprikagulasch Gebratene Polenta Erbsen Frische Gemüesticks Obstauswahl	Glutenfreie Fusilli Mit Petersilie-Soße Lachsstreifen ^(D) Gurkensalat Obstauswahl	1 glutenfreies Brötchen Rinderburger Eisbergsalat, Tomaten, Gurken, Kartoffelecken, Ketchup ^(L) Obstauswahl	Tomatencremesuppe Langkornreis als Einlage 1 glutenfreies Brötchen Israelischer Salat Obstauswahl
Putenragout ^(L) Vollkornreis Romanesco Vanillekuchen ^(A, C) (Vanillepudding)	Veganes Paprikagulasch Couscous ^(A) Blumenkohl Frische Gemüesticks (Mix Salat) Obstauswahl (Ohne)	Fusilli Mit Petersilie-Soße Lachsstreifen ^(D) Gurkensalat Obstauswahl (Ohne) (VEGETARISCHE MENÜ)	Hamburger zum selbst belegen Rinderburger Eisbergsalat, Tomaten (Ohne), Gurken, Kartoffelecken, Ketchup ^(L) (Mayonnaise) ^(C) Obstauswahl (Ohne)	Tomatencremesuppe ^(F) (Zucchini cremesuppe) Langkornreis als Einlage Bauernbrot Israelischer Salat (Gurken Sticks) Obstauswahl (Ohne)
16.09.2024	17.09.2024	18.09.2024	19.09.2024	20.09.2024
Hähnchenschenkel Mit Bratensauce ^(L) Quinoa Gurkenscheiben Mango Sorbet	Mehliertes Seelachsfilet Zitronensoße Langkornreis, Romanesco Obstauswahl	Fleischkäse (Pute, Rind) 1 glutenfreies Brötchen Rosmarinkartoffeln Krautsalat Obstauswahl	Gemüsebällchen Vollkorn Pita ^(A) Madbucha Israelischer Salat Obstauswahl	Glutenfreie Spaghetti mit Tomatensoße Frische Gemüesticks Obstauswahl
Hähnchenschenkel Mit Bratensauce ^(L) Couscous ^(A) Gurkenscheiben Mango Sorbet (Ohne)	Panierter Seelachs ^(A, C, D) Zitronensoße ^(F) Langkornreis, Romanesco Obstauswahl (Ohne) (VEGETARISCHE MENÜ)	Fleischkäse (Pute, Rind) 1 glutenfreies Brötchen Rosmarinkartoffeln Krautsalat Obstauswahl (Ohne)	Falafel ^(A) 1 glutenfreies Brötchen Madbucha (Kräuter Dip) ^(A, C, F) Israelischer Salat (Gurken Salat) Obstauswahl (Ohne)	Gnocchi mit Tomatensoße (Basilikum Pesto) ^(F) Frische Gemüesticks (Kohlrabi) Obstauswahl (Ohne)
23.09.2024	24.09.2024	25.09.2024	26.09.2024	27.09.2023
Mehlierter Hähnchenfilets mit Zitronenspalten Wedges Gurkensalat, Ketchup Obstauswahl	Glutenfreie Fusilli mit Linsenbolognese Rote-Bete-Salat Obstauswahl	Hähnchenbrust naturell Champignon Rahmsoße Couscous ^(A) Finger-Möhrrchen Obstauswahl	Gebratene Lachs ^(D) Dill Soße Zitronenspalten, Kartoffelpüree Rahmspinat Rote Grütze	Chili sin Carne Basmatireis Blattsalat mit Essig/Öl Obstauswahl
Hähnchenschnitzel ^(A, C) mit Zitronenspalten Wedges Gurkensalat, Ketchup ^(L) (Mayonnaise) ^(C) Obstauswahl (Ohne)	Vollkorn Fusilli ^(A) mit Linsenbolognese (Linsen Carry) Rote-Bete-Salat (Zucchini Salat) Obstauswahl (Ohne)	Hähnchenbrust naturell Champignon Rahmsoße Quinoa Finger-Möhrrchen (Brokkoli) Obstauswahl (Ohne)	Fischstäbchen ^(A, C, D) Remouladensoße ^(C, F) Zitronenspalten, Kartoffelpüree Rahmspinat ^(F) Rote Grütze mit Vanillesoße (Vanillepudding) (VEGETARISCHE MENÜ)	Ratatouille (Asia Gemüse mit Curcuma Soße) Basmatireis Blattsalat mit Essig/Öl Obstauswahl (Ohne)
30.09.2024				
Glutenfreie Spaghetti Rinderbolognese Karottensalat Obstauswahl				
Spaghetti ^(A) Rinderbolognese (Gebratene Hackfleisch) Karottensalat (Romana Salat) Obstauswahl (Ohne)				

Zusatzstoffe:

¹ Enthält Natriumsulfid

Allergene:

A-Glutenhaltiges Getreide L-Sellerie
C-Eier M-Senf
D-Fisch N-Sesam
E-Erdnuss O-Sulfite
F-Soja P-Lupinen
H-Schalenfrüchte

■ Fructosearmes

■ Fischallergie

■ Glutenfrei

■ Allergiker

Sohar's

KOSCHER RESTAURANT & CATERING GMBH
Unter Aufsicht des Rabbinats der Jüdischen Gemeinde Frankfurt

Änderungen vorbehalten

Für Allergiker werden die Rezepturen der Gerichte individuell abgeleitet und soweit es möglich ist dem Speiseplan angepasst.
Wir verarbeiten, wenn möglich, saisonale, regionale und frische Produkte.
Laut Lieferanten können die Spuren von Allergenen nicht ausgeschlossen werden.

Wasser als Getränk steht an der Mensa zur Verfügung