

Speiseplan

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

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
02.12.2024	03.12.2024	04.12.2024	05.12.2024	06.12.2024
Glutenfreie Penne mit Linsenbolognese Gurkensalat Obstauswahl	Gebratenes Lachs Filet Zitronenspalten Langkornreis Rahmspinat, Kohlrabisticks Glutenfreier-Kuchen ^(C)	Hähnchenschenkel Mit Bratensoße ^(L) Vollkornreis Couscous Brokkoli Gemischter Blattsalat mit Essig/Öl Obstauswahl	Fleischkäse, glutenfreies Brötchen Kartoffelecken Ketchup ^(L) Krautsalat Obstauswahl	Gemüsebouillon Glutenfreie Nudelneinlage, Kartoffelpuffer Karottensticks Obstauswahl
Vollkorn Penne ^(A) mit Linsenbolognese (Linsen-Curry) Gurkensalat Obstauswahl (ohne)	Gebratenes Lachs Filet Zitronenspalten (ohne) Langkornreis Rahmspinat, Kohlrabisticks Zimt-Orangen-Kuchen ^(A,C) (VEGETARISCHES MENÜ)	Hähnchenschenkel Mit Bratensoße ^(L) Couscous ^(A) Brokkoli Gemischter Blattsalat mit Essig/Öl Obstauswahl (ohne)	Fleischkäse, Brötchen ^(A) Kartoffelecken Ketchup ^(L) (Mayonnaise) ^(C) Krautsalat Obstauswahl (ohne)	Gemüsebouillon ^(L) mit Nudelneinlage ^(A) 2 Burekas ^(A,C) Karottensticks (Gurkensticks) Obstauswahl (ohne)
09.12.2024	10.12.2024	11.12.2024	12.12.2024	13.12.2024
Glutenfreie Penne Rinderbolognese Gurkensalat Apfelkompott	Veganer Paprikagulasch ^(A, F) Vollkornreis Couscous Romanesco Gemischter Blattsalat mit Essig/Öl Obstauswahl	Gemüsebällchen 1 glutenfreies Brötchen Madbucha Israelischer Salat Obstauswahl	Hähnchenbrust mit Pilzrahmsoße ^(L) Quinoa Blumenkohl Obstauswahl	Mehliertes Tilapia-Filet mit Zitronensauce Vollkornreis Brokkoli Obstauswahl
Spaghetti ^(A) Rinderbolognese (Gebratenem Hackfleisch) Gurkensalat Apfelkompott (Pflaumenkompott)	Veganer Paprikagulasch ^(F) (Asia Gemüse mit Curcuma Soße) Couscous ^(A) Romanesco Gemischter Blattsalat mit Essig/Öl Obstauswahl (ohne)	Falafel ^(A) 2 Vollkorn Pitas ^(A, F) Madbucha (Kräuter Dip) ^(A, C, F) Israelischer Salat (Gurken Salat) Obstauswahl (ohne)	Hähnchenbrust mit Pilzrahmsoße ^(L) Quinoa Blumenkohl Obstauswahl (ohne)	Tilapia Filet im Backteig ^(A) Mit Zitronensauce (Petersilien-Soße) Vollkornreis Brokkoli Obstauswahl (ohne) (VEGETARISCHES MENÜ)
16.12.2024	17.12.2024	18.12.2024	19.12.2024	20.12.2024
Glutenfreie Penne mit Tomatensoße Romanasalat Obstauswahl	Rindergulasch ^(L) Quinoa Gurkensalat Obstauswahl	Currywurst ^(L) (Kalb-Puten) Glutenfreies Brötchen Kartoffelpüree, Kohlrabisticks Obstauswahl	Gebratenes Seelachs Filet ^(D) Zitronenspalten Cremiger Wirsing Basmatireis Obstauswahl	Sellerie-Tonkabohnen Suppe ^(L) Glutenfreie Nudeln Latkes Apfelmuss
Dinkelpenne ^(A) mit Tomatensoße (Champignonsoße) Romanasalat Obstauswahl (ohne)	Rindergulasch ^(L) (Putenfrikassee) Quinoa Gurkensalat Obstauswahl (ohne)	Currywurst ^(L) (Kalb-Puten) Vollkornbrötchen ^(A) Kartoffelpüree, Kohlrabisticks Obstauswahl (ohne)	Paniertes Seelachs Filet ^(A, C, D) Zitronenspalten Cremiger Wirsing Basmatireis Obstauswahl (VEGETARISCHES MENÜ)	Sellerie-Tonkabohnen Suppe ^(F,L) Buchstaben-Nudeln ^(A) Latkes Apfelmuss (Pfirsichmuss)
23.12.2024	24.12.2024	25.12.2024	26.12.2024	27.12.2024
				

Zusatzstoffe:

¹ Enthält Natriumsulfit

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

SONAR'S

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