

Speiseplan

Hort- Grundschule, Dezember 2024

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
02.12.2024	03.12.2024	04.12.2024	05.12.2024	06.12.2024
Vollkorn Penne ^(A) mit Linsenbolognese ^(L) Gurkensalat Obstauswahl	Gebratenes Lachs Filet ^(D) Zitronenspalten Langkornreis Rahmspinat ^(F) , Gemüsesticks Zimt-Orangen-Kuchen ^(A,C)	Hähnchenschenkel Mit Bratensoße ^(L) Couscous ^(A) Leipziger Allerlei Gemischter Blattsalat mit Essig/Öl Obstauswahl	Fleischkäse, Brötchen ^(A) Rosmarinkartoffeln Ketchup ^(L) Krautsalat Obstauswahl	Gemüsebouillon ^(L) mit Nudeln ^(A) 2 Burekas ^(A,C) Gemüsesticks Obstauswahl
Vollkorn Penne ^(A) mit Linsenbolognese ^(L) Gurkensalat Obstauswahl	Gemüsestrudel ^(A) Langkornreis Rahmspinat ^(F) , Gemüsesticks Zimt-Orangen-Kuchen ^(A,C)	Vegane Haferflocken Bällchen ^(A, C) Mit Bratensoße ^(L) Couscous ^(A) Leipziger Allerlei Gemischter Blattsalat mit Essig/Öl Obstauswahl	Veganes Schnitzel ^(F) , Brötchen ^(A) Rosmarinkartoffeln Ketchup ^(L) Krautsalat Obstauswahl	Gemüsebouillon ^(L) mit Nudeln ^(A) 2 Burekas ^(A,C) Gemüsesticks Obstauswahl
09.12.2024	10.12.2024	11.12.2024	12.12.2024	13.12.2024
Spaghetti ^(A) mit Rinderbolognese Karottensalat Apfelkompott	Veganes Paprikagulasch ^(F) Couscous ^(A) Romanesco Gemischter Blattsalat mit Essig/Öl Obstauswahl	Falafel ^(A) 2 Vollkorn Pitas ^(A, F) Madbucha Israelischer Salat Obstauswahl	Hähnchenbrust mit Pilzrahmsoße ^(F, L) Quinoa Prinzessin Bohnen Obstauswahl	Tilapia Filet im Backteig ^(A, D) Mit Zitronensoße ^(F) Vollkornreis Brokkoli Obstauswahl
Spaghetti ^(A) mit Veganer Bolognese ^(F) Karottensalat Apfelkompott	Paprikagulasch ^(F) Couscous ^(A) Romanesco Gemischter Blattsalat mit Essig/Öl Obstauswahl	Falafel ^(A) 2 Vollkorn Pitas ^(A, F) Madbucha Israelischer Salat Obstauswahl	Polenta Steak mit Pilzrahmsoße ^(F, L) Quinoa Prinzessin Bohnen Obstauswahl	Tofu Steak in Backteig ^(F, A) Mit Zitronensoße ^(F) Vollkornreis Brokkoli Obstauswahl
16.12.2024	17.12.2024	18.12.2024	19.12.2024	20.12.2024
Dinkelpenne ^(A) mit Tomatenrahmsoße ^(F) Romanasalat Obstauswahl	Rindergulasch ^(L) Quinoa Gurkensalat Obstauswahl	Currywurst ^(L) (Kalb-Puten) Vollkornbrötchen ^(A) Kartoffelpüree, Gemüsesticks Obstauswahl	Paniertes Seelachs Filet ^(A, C, D) Remouladensoße ^(C,F) Fingermöhrrchen Basmatireis Obstauswahl	Sellerie-Tonkabohnen Suppe ^(F,L) mit Buchstaben-Nudeln ^(A) , Latkes ^(A, C) Apfelmuss
Dinkelpenne ^(A) mit Tomatenrahmsoße ^(F) Romanasalat Obstauswahl	Sojagulasch ^(F,L) Quinoa Gurkensalat Obstauswahl	Soja-Currywurst ^(L) Vollkornbrötchen ^(A) Kartoffelpüree, Gemüsesticks Obstauswahl	Linsenbratlingen ^(A, C) Remouladensoße ^(C,F) Fingermöhrrchen Basmatireis Obstauswahl	Sellerie-Tonkabohnen Suppe ^(F,L) mit Buchstaben-Nudeln ^(A) , Latkes ^(A, C) Apfelmuss
23.12.2024	24.12.2024	25.12.2024	26.12.2024	27.12.2024
				

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

 Vegetarische
*nur mit
Vorankündigung

SONAR'S

Unter Aufsicht des Rabbinats der Jüdischen Gemeinde Frankfurt

Wasser als Getränk steht an der Mensa zur Verfügung

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.