Speiseplan

Grundschule - Hort, Juli 2024

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
01.07.2024	**02.07.2024**	**03.07.2024**	**04.07.2024**	**05.07.2024**
Maisschnitzel (A, C, F) **mit Zitronenspalten** **Wedges,** **Gurkensalat, Ketchup** **Obstauswahl**	**Gekochte Eier** (C) **mit grüner Soße** (F, C) **Drillinge Kartoffeln** **Paprika Stick** **Obstauswahl**	**Chili con Carne** **Basmatireis** **Blattsalat mit Essig/Öl** **Obstauswahl**	**Putenschwarma** **Vollkorn Pita** (A) **Tahinisauce** (N), **Madbucha** **Israelischer Salat** **Erdbeersorbet**	**Paniert Kabeljau** (A, C, D) **Zitronensoße** (F) **Ptitim Nudeln** (A) **Brokkoli** **Frische Gemüsesticks** **Obstauswahl**
Maisschnitzel (A, C, F) **mit Zitronenspalten** **Wedges,** **Gurkensalat, Ketchup** **Obstauswahl**	**Gekochte Eier** (C) **mit grüner Soße** (F, C) **Drillinge Kartoffeln** **Paprika Stick** **Obstauswahl**	**Chili sin Carne** **Basmatireis** **Blattsalat mit Essig/Öl** **Obstauswahl**	**Gemüse-Bohnen-Schwarma** **Vollkorn Pita** (A) **Tahinisauce** (N) **Madbucha** **Israelischer Salat** **Mango Sorbet**	**Panierter Tofu** (A, C, F) **Zitronensoße** (F) **Ptitim Nudeln** (A) **Brokkoli** **Frische Gemüsesticks** **Obstauswahl**
08.07.2024	**09.07.2024**	**10.07.2024**	**11.07.2024**	**12.07.2024**
Vollkorn Fusilli (A) **Rinderbolognese** **Karotten-Salat** **Obstauswahl**	**Tilapia in Backteig** (A) **Kurkuma-Orangen Soße** (F) **Langkornreis** **Erbsen** **Obstauswahl**	**Falafel** (A) **Pita** (A) **Hummus** (N) **Israelischer Salat** **Vanilleeis** (F)	**Putenragout** (L) **Kartoffelpüree** **Maiskolben,** **Bunter Blattsalat mit Essig/Öl** **Obstauswahl**	**Gnocchi mit** **Tomatensoße** **Frische Gemüsesticks** **Obstauswahl**
Vollkorn Fusilli (A) **Vegetarische Bolognese** (F) **Karotten-Salat** **Obstauswahl**	**Tofu in Backteig** (A, F,) **Kurkuma-Orangen-Soße** (F) **Langkornreis** **Erbsen** **Obstauswahl**	**Falafel** (A) **Vollkorn Pita** (A) **Hummus** (N) **Israelischer Salat** **Vanilleeis** (F)	**Sojaragout** (F, L) **Kartoffelpüree** **Maiskolben,** **Bunter Blattsalat mit Essig/Öl** **Obstauswahl**	**Gnocchi mit** **Tomatensoße** **Frische Gemüsesticks** **Obstauswahl**

Zusatzstoffe:

[1] Enthält Natriumsulfit

Allergene:

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

Vegetarische
*nur mit Voranmeldung
Neue Gerichte

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