Speiseplan

Grundschule, Hort und Philanthropin, Mai 2022

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
02.05.2022	**03.05.2022**	**04.05.2022**	**05.05.2022**	**06.05.2022**
Hackfleischbällchen (Weizen, Ei) vom Rind und Pute **Bratensoße** (Sellerie) **Penne** (Weizen) **Erbsengemüse** **Obst**	**Gemüsefrikadelle** (Weizen, Ei, Sellerie) **Tomatensoße, Basmatireis** **Eisbergsalat mit Karottenstreifen und Essig/Öl Dressing** **Vanille-Eis** (Ei, Soja)	**Putenrollbraten** **Rahmsoße** (Sellerie, Soja) **Kartoffelröstis** [1] (Weizen, Ei) **Farmersalat** (Ei, Soja) **Obst**	**Falafel** (Weizen) **Pita** (Weizen) **Hummus** (Sesam) **Israelischer Salat** **Obst**	**Seelachs in Teriyaki Marinade** (Fisch, Soja) **Couscous** (Weizen) **Spinat** **Obst**
Auberginen-Zucchini **Lasagne** (Weizen, Soja) **mit Tomatenrahmsoße** (Soja) **Rote Bete** **Obst**	**Gemüsefrikadelle** (Weizen, Ei, Sellerie) **Tomatensoße, Basmatireis** **Eisbergsalat mit Karottenstreifen und Essig/Öl Dressing** **Vanille-Eis** (Ei, Soja)	**Kohlrabi-Medaillon** **Rahmsoße** (Soja) **Kartoffelröstis** [1] (Weizen, Ei) **Farmersalat** (Ei, Soja) **Obst**	**Falafel** (Weizen) **Pita** (Weizen) **Hummus** (Sesam) **Israelischer Salat** **Obst**	**Tofusteak in Teriyaki Marinade** (Soja) **Couscous** (Weizen) **Spinat** **Obst**
09.05.2022	**10.05.2022**	**11.05.2022**	**12.05.2022**	**13.05.2022**
Spaghetti (Weizen) **mit Rinder-Bolognese** (Sellerie) **Karottensalat** **Obst**	**Paprika Putengeschnetzeltes** (Sellerie) **Bulgur** (Weizen) **Brokkoli** **Obst**	**Panierter Blumenkohl** (Weizen, Ei) **Schnittlauchsoße** (Soja) **Fussili** (Weizen) **Gurkensalat** **Obst**	**Maisschnitzel** (Weizen, Ei) **Petersiliensoße** (Soja) **Kartoffelpüree** [1] **Paprikasalat** **Marmormuffin** (Weizen, Ei, Soja)	**Fischfrikadellen** (Fisch, Weizen, Ei, Sellerie) **Dillsoße** (Soja) **Vollkornreis** **Fingermöhrchen** **Obst**
Spaghetti (Weizen) **mit Gemüse-Bolognese** (Sellerie) **Karottensalat** **Obst**	**Gemüsegeschnetzeltes** **Bulgur** (Weizen) **Brokkoli** **Obst**	**Panierter Blumenkohl** (Weizen, Ei) **Schnittlauchsoße** (Soja) **Fussili** (Weizen) **Gurkensalat** **Obst**	**Maisschnitzel** (Weizen, Ei) **Petersiliensoße** (Soja) **Kartoffelpüree** [1] **Paprikasalat** **Marmormuffin** (Weizen, Ei, Soja)	**Gemüse-Variation vom Ofen** **Dillsoße** (Soja) **Vollkornreis** **Fingermöhrchen** **Obst**
16.05.2022	**17.05.2022**	**18.05.2022**	**19.05.2022**	**20.05.2022**
Pagiots **Curryrahmsoße** (Sellerie, Soja) **Couscous** (Weizen) **Romanesco** **Obst**	**Tilapiafilet im Backteig** (Fisch, Weizen, Ei) **Parboiled-Reis** **Karottengemüse** **Schokoladenmousse** (Soja)	**Gekochte Eier** **Frankfurter Grüne Soße** (Ei, Soja) **Salzkartoffeln** [1] **gelbe Paprikasticks** **Obst**	**Geflügelwürstchen** **Ofenkartoffeln** **Pita** (Weizen) **Israelischer Salat** **Obst**	**Zucchini-Paprika-Pizza** (Weizen) **Gurkensticks** **Obst**
Gemüse-Curry (Soja) **Couscous** (Weizen) **Romanesco** **Obst**	**Champignon im Backteig** (Weizen, Ei) **Parboiled-Reis** **Karottengemüse** **Schokoladenmousse** (Soja)	**Gekochte Eier** **Frankfurter Grüne Soße** (Ei, Soja) **Salzkartoffeln** [1] **gelbe Paprikasticks** **Obst**	**Vegane-Würstchen** **Ofenkartoffeln** **Pita** (Weizen) **Israelischer Salat** **Obst**	**Zucchini-Parika-Pizza** (Weizen) **Gurkensticks** **Obst**
23.05.2022	**24.05.2022**	**25.05.2022**	**26.05.2022**	**27.05.2022**
Putenragout (Sellerie, Soja) **vorgekochter Weizen** (Weizen) **Blumenkohl** **Obst**	**Rote Linsenbratlinge** (Weizen, Ei) **Schnittlauch-Soße** (Soja) **Bulgur** (Weizen) **Gemischter Salat mit Orangen-Dressing** **Obst**	**Hähnchenschnitzel** (Weizen, Ei) **mit Bratenrahmsoße** (Sellerie, Soja) **Farfalle** (Weizen) **Erbsengemüse** **Obst**	**Christi Himmelfahrt**	**Beweglicher Ferientag**
Vegetarisches Ragout (Sellerie, Soja) **vorgekochter Weizen** (Weizen) **Blumenkohl** **Obst**	**Rote Linsenbratlinge** (Weizen, Ei) **Schnittlauch-Soße** (Soja) **Bulgur** (Weizen) **Gemischter Salat mit Orangen-Dressing** **Obst**	**Zucchinischnitzel** (Weizen, Ei) **mit Rahmsoße** (Soja) **Farfalle** (Weizen) **Erbsengemüse** **Obst**		
30.05.2022	**31.05.2022**			
Dinkel-Makkaroni (Weizen) **Tomatensoße** **Karottensalat** **Obst**	**Hamburger zum selbst belegen** **Rinderburger** (Weizen, Ei) **Eisbergsalat, Tomaten, Gurken** **Kartoffelecken, Ketchup** (Sellerie) **Himbeer-Sorbet**			
Dinkel-Makkaroni (Weizen) **Tomatensoße** **Karottensalat** **Obst**	**Hamburger zum selbst belegen** **Gemüseburger** (Weizen, Ei) **Eisbergsalat, Tomaten, Gurken** **Kartoffelecken, Ketchup** (Sellerie) **Himbeer-Sorbet**			

Zusatzstoffe:
[1] Enthält Natriumsulfit
[2] Enthält Glutamat

■ Vegetarische
*nur mit Voranmeldung

Wasser als Getränk steht in der Mensa zur Verfügung

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.