

# Speiseplan

Grundschule, Hort und Philanthropin, Oktober 2021

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
				<b>01.10.2021</b>
				<b>Panierter Blumenkohl</b> (Weizen, Ei) <b>Penne</b> (Weizen) <b>Kräuterrahmsoße</b> (Weizen, Soja) <b>Gurkensticks</b> <b>Obst</b>
				<b>Panierter Blumenkohl</b> (Weizen, Ei) <b>Penne</b> (Weizen) <b>Kräuterrahmsoße</b> (Weizen, Soja) <b>Gurkensticks</b> <b>Obst</b>
<b>04.10.2021</b>	<b>05.10.2021</b>	<b>06.10.2021</b>	<b>07.10.2021</b>	<b>08.10.2021</b>
<b>Beweglicher Ferientag</b>	<b>Kürbiscremesuppe</b> (Soja) <b>mit Reis-Einlage</b> <b>2 Brötchen</b> (Weizen) <b>Kaiserschmarrn mit Apfelmus</b> (Weizen, Ei, Soja)	<b>Hähnchenragout</b> (Sellerie, Soja) <b>vorgekochter Weizen</b> <b>Leipziger-Allerlei</b> <b>Obst</b>	<b>Fischnuggets vom Kabeljau</b> (Fisch, Ei, Weizen) <b>Dillsoße</b> (Weizen, Soja) <b>Vollkornreis, Brokkoli</b> <b>Obst</b>	<b>Gemüse-Burekas</b> (Weizen, Ei) <b>Senfsoße</b> (Weizen, Soja) <b>Kartoffelpüree<sup>1</sup></b> <b>Gurkensalat</b> <b>Obst</b>
	<b>Kürbiscremesuppe</b> (Soja) <b>mit Reis-Einlage</b> <b>2 Brötchen</b> (Weizen) <b>Kaiserschmarrn mit Apfelmus</b> (Weizen, Ei, Soja)	<b>Gemüseragout</b> (Sellerie, Soja) <b>vorgekochter Weizen</b> <b>Leipziger-Allerlei</b> <b>Obst</b>	<b>Nuggets vom Tofu</b> (Ei, Weizen) <b>Dillsoße</b> (Weizen, Soja) <b>Vollkornreis, Brokkoli</b> <b>Obst</b>	<b>Gemüse-Burekas</b> (Weizen, Ei) <b>Senfsoße</b> (Weizen, Soja) <b>Kartoffelpüree<sup>1</sup></b> <b>Gurkensalat</b> <b>Obst</b>
<b>11.10.2021</b>	<b>12.10.2021</b>	<b>13.10.2021</b>	<b>14.10.2021</b>	<b>15.10.2021</b>
<b>Herbstferien</b>	<b>Herbstferien</b>	<b>Herbstferien</b>	<b>Herbstferien</b>	<b>Herbstferien</b>
<b>18.10.2021</b>	<b>19.10.2021</b>	<b>20.10.2021</b>	<b>21.10.2021</b>	<b>22.10.2021</b>
<b>Herbstferien</b>	<b>Herbstferien</b>	<b>Herbstferien</b>	<b>Herbstferien</b>	<b>Herbstferien</b>
<b>25.10.2021</b>	<b>26.10.2021</b>	<b>27.10.2021</b>	<b>28.10.2021</b>	<b>29.10.2021</b>
<b>Rote Linsenbratlinge</b> (Weizen, Ei) <b>Schnittlauch-Soße</b> (Weizen, Soja) <b>Kartoffelpüree<sup>1</sup></b> <b>Rohkost Mix</b> <b>Obst</b>	<b>Spaghetti</b> (Weizen) <b>Bolognesesoße vom Rind</b> (Sellerie) <b>Kohlrabisticks</b> <b>Obst</b>	<b>Gekochte Eier</b> <b>Frankfurter Grüne Soße</b> (Ei, Soja) <b>Salzkartoffeln<sup>1</sup></b> <b>Gurkensalat</b> <b>Obst</b>	<b>Paprika Putengulasch</b> (Sellerie) <b>Parboiled-Reis</b> <b>Rote Bete</b> <b>Vanillepudding mit</b> <b>Schokoladensoße</b> (Soja)	<b>Gebratener Tilapiafilet</b> (Weizen) <b>Zitronensoße</b> (Weizen, Soja) <b>Bulgur, Brokkoli</b> <b>Obst</b>
<b>Rote Linsenbratlinge</b> (Weizen, Ei) <b>Schnittlauch-Soße</b> (Weizen, Soja) <b>Kartoffelpüree<sup>1</sup></b> <b>Rohkost Mix</b> <b>Obst</b>	<b>Spaghetti</b> (Weizen) <b>Gemüsebolognese</b> (Sellerie) <b>Kohlrabisticks</b> <b>Obst</b>	<b>Gekochte Eier</b> <b>Frankfurter Grüne Soße</b> (Ei, Soja) <b>Salzkartoffeln<sup>1</sup></b> <b>Gurkensalat</b> <b>Obst</b>	<b>Paprikagulasch</b> <b>Parboiled-Reis</b> <b>Rote Bete</b> <b>Vanillepudding mit</b> <b>Schokoladensoße</b> (Soja)	<b>Gebratener Tofu</b> (Soja) <b>Zitronensoße</b> (Weizen, Soja) <b>Bulgur, Brokkoli</b> <b>Obst</b>

## Zusatzstoffe:

<sup>1</sup> Enthält Natriumsulfit  
<sup>2</sup> Enthält Glutamat



Vegetarische

\*nur mit Voranmeldung

# Sohar's

KOSCHER RESTAURANT & CATERING GMBH

Unter Aufsicht des Rabbinats der Jüdischen Gemeinde Frankfurt

Wasser als Getränk steht in 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.