

Menü ohne Schwein

Montag 30.09.

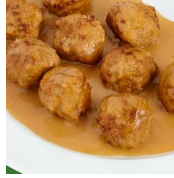


Paniertes Schnitzel *
Erbse und Möhre "naturell"
Paprikarahmsoße (BIO) G, G1, M, Me, La, S
Kartoffel-Buchstaben Ei

Nährwertangaben pro Portion
 2883,0kJ/690,0kcal, Fett 33,1g, gesättigte Fettsäuren 14,0g,
 Kohlenhydrate 58,2g, Zucker 8,3g, Ballaststoffe 7,4g, Eiweiß
 35,6g, Salz 3,32g, Broteinheiten 4,9

Menü mit vegetarischer Alternative

Montag 30.09.



Veggie "Bullar" Veggie-Bällchen auf Soja- und Weizenbasis in Soße "Köttbullar Art" G, G1, Ei, Sb, M, Me, La, S

Spätzle G, G1, Ei

Nährwertangaben pro Portion
 2673,0kJ/637,0kcal, Fett 21,0g, gesättigte Fettsäuren 8,3g,
 Kohlenhydrate 80,6g, Zucker 11,4g, Ballaststoffe 6,9g, Eiweiß
 27,0g, Salz 3,40g, Broteinheiten 6,7

Dienstag 01.10.



Pommes mit Hähnchen-Doner Kebab Pommes und Spitzkohl s

Nährwertangaben pro Portion
 3004,0kJ/716,0kcal, Fett 33,2g, gesättigte Fettsäuren 5,6g,
 Kohlenhydrate 76,8g, Zucker 5,2g, Ballaststoffe 5,6g, Eiweiß
 24,0g, Salz 4,20g, Broteinheiten 6,4

Dienstag 01.10.



Vegetarisches Chili G, G1, Sb

Vollkornbrötchen *

Nährwertangaben pro Portion
 1790,0kJ/427,0kcal, Fett 8,4g, gesättigte Fettsäuren 0,9g,
 Kohlenhydrate 51,6g, Zucker 11,0g, Ballaststoffe 17,8g, Eiweiß
 27,0g, Salz 4,84g, Broteinheiten 4,2

Mittwoch 02.10.



Bauerneintopf mit Rindswurst 20, 3 s
Brötchen *

Nährwertangaben pro Portion
 2012,0kJ/481,0kcal, Fett 21,2g, gesättigte Fettsäuren 6,6g,
 Kohlenhydrate 48,8g, Zucker 7,4g, Ballaststoffe 8,8g, Eiweiß
 18,9g, Salz 4,26g, Broteinheiten 4,1

Mittwoch 02.10.



Apfelpannkuchen G, G1, Ei, M, Me, La

Vanillesoße G, G1, M, Me, La

Nährwertangaben pro Portion
 3024,0kJ/718,0kcal, Fett 24,3g, gesättigte Fettsäuren 9,1g,
 Kohlenhydrate 102,2g, Zucker 48,3g, Ballaststoffe 4,7g, Eiweiß
 20,2g, Salz 1,20g, Broteinheiten 8,7

Donnerstag 03.10.



Feiertag

Donnerstag 03.10.



Feiertag

Freitag 04.10.



Geflügel-Currywurst in Soße Sn
Brötchen *

Nährwertangaben pro Portion
 1604,0kJ/383,0kcal, Fett 16,4g, gesättigte Fettsäuren 5,2g,
 Kohlenhydrate 41,0g, Zucker 11,6g, Ballaststoffe 2,4g, Eiweiß
 16,5g, Salz 3,00g, Broteinheiten 3,5

Freitag 04.10.



Veggie-Currywurst aus Soja und Weizen in milder Tomatensoße G, G1, Ei, Sb, Sn
Brötchen *

Nährwertangaben pro Portion
 1564,0kJ/373,0kcal, Fett 13,8g, gesättigte Fettsäuren 1,2g,
 Kohlenhydrate 45,0g, Zucker 13,6g, Ballaststoffe 4,6g, Eiweiß
 14,9g, Salz 3,26g, Broteinheiten 3,7

Franz-Stock-Gymnasium Arnsberg 30.09. - 04.10.

Allergeninformationen

Menü ohne Schwein

Menü mit vegetarischer Alternative

Mo
30.09.

EZ0222Paniertes Schnitzel
Enthält: *

32786Erbsen und Möhren "naturell"
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

23592Paprikarahmsoße (BIO)
Enthält: **Gluten , Weizen , Milch , Milcheiweiß , Laktose , Sellerie**

56829Kartoffel-Buchstaben
Enthält: **Eier**

23770Veggie "Bullar" | Veggie-Bällchen auf Soja- und Weizenbasis in Soße "Köttbullar Art"
Enthält: **Gluten , Weizen , Eier , Soja , Milch , Milcheiweiß , Laktose , Sellerie**

32845Spätzle
Enthält: **Gluten , Weizen , Eier**

Di
01.10.

32388Pommdöner, Pfannengericht mit Hähnchen-Döner Kebab, Pommes und Spitzkohl
Enthält: **Sellerie**

23333Vegetarisches Chili
Enthält: **Gluten , Weizen , Soja**

EZ0094Vollkornbrötchen
Enthält: *

Mi
02.10.

23687Bauerneintopf mit Rindswurst
Enthält: **Sellerie**

EZ0092Brötchen
Enthält: *

32533Apfelpfannkuchen
Enthält: **Gluten , Weizen , Eier , Milch , Milcheiweiß , Laktose**

32588Vanillesoße
Enthält: **Gluten , Weizen , Milch , Milcheiweiß , Laktose**

Do
03.10.

Fr
04.10.








23003Geflügel-Currywurst in Soße
Enthält: **Senf**

EZ0092Brötchen
Enthält: *

23762Veggie-Currywurst aus Soja und Weizen in milder Tomatensoße
Enthält: **Gluten , Weizen , Eier , Soja , Senf**

EZ0092Brötchen
Enthält: *

Legende

	mit Alkohol	E	Erdnüsse
	mit Zutaten vom Fisch	Ei	Eier
	mit Zutaten vom Geflügel	Fi	Fisch
	mit Zutaten vom Rind	G	Gluten
	mit Zutaten vom Schwein	G1	Weizen
	vegetarisch	G2	Roggen
	vegan	G3	Gerste
		G4	Hafer
		G5	Dinkel-Weizen
		G6	Khorasan-Weizen
01	Farbstoff	K	Krebstiere
02	Konservierungsmittel	La	Laktose
03	Antioxidationsmittel	Lp	Lupinen
04	Geschmacksverstärker	M	Milch
06	geschwärzt	Me	Milcheiweiß
07	gewachst	S	Sellerie
08	Phosphat	Sb	Soja
09	Süßungsmittel	Sd	Schwefeldioxid und Sulfite (>10 mg/kg oder 10 mg/l)
10	Zucker(n) und Süßungsmittel(n)	Se	Sesam
11	enth. eine Phenylalaninquelle	Sf	Schalenfrüchte
12	kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken	Sf1	Mandeln
19	koffeinhaltig	Sf2	Haselnüsse
20	Nitritpökelsalz	Sf3	Walnüsse
		Sf4	Kaschunüsse
		Sf5	Pecannüsse
		Sf6	Paranüsse
		Sf7	Pistazien
		Sf8	Macadamia-/Queenslandnüsse
		Sn	Senf
		W	Weichtiere
		()	Kann Spuren enthalten von...