

# Wochenmenü

KW 40, 04.10.2021 - 08.10.2021  
Hort und Schule Oberstenfeld Schatzinsel

hausgemacht Bio-Catering  
Volker Dörsam  
Hauptstraße 107  
75056 Sulzfeld  
Telefon: 07269 919908-0  
Fax: 07269 919908-23



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
 Minestrone mit Hörnle Früchtequarkdessert a1,d,e	 Hackfleischbolognese mit Spaghetti und Reibekäse Rohkost - Salat a,a1,d,e,l	 Karotten - Brokkolibratling mit Käsesoße dazu Salat a,a1,b,d,e,l		 Seelachsfilet in der Kräuterkruste mit Zitronensoße und Butterkartoffeln a,a1,a2,a4,d,e,f,i
	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße Reibekäse dazu Rohkost Salat Obst a,a1,d,e,l			



Garantie für Ihre gesunde und genussvolle Ernährung: Zur Herstellung unserer hausgemachten Speisen verwenden wir ausschließlich biologisch erzeugte Lebensmittel. Unsere Produkte sind daher biologische Produkte gemäß Verordnung (EG) Nr.834/2007 Nr. 889/2008 .Ausnahme: Bei Verwendung von Wild sind diese Lebensmittel im Speiseplan mit einem \* als 'aus Wildfang stammend' gekennzeichnet. Kurzfristige Änderungen am Speiseplan wegen Verfügbarkeit von Zutaten vorbehalten. Kennzeichnung: a=Glutenhaltiges Getreide, a1=Weizen, a2=Dinkel, a4=Hafer, b=Eier, d=Milch, e=Sellerie, f=Sesam, i=Fisch aus Wildfang, j=Soja, l=Senf

DE-ÖKO-006 Wenn Sie nur diese Essen bestellen, folgen sie den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. .

# Wochenmenü

04.10.2021 - 08.10.2021

Hort und Schule Oberstenfeld Schatzinsel

hausgemacht Bio-Catering  
Volker Dörsam  
Hauptstraße 107  
75056 Sulzfeld  
Telefon: 07269 919908-0  
Fax: 07269 919908-23



## Kennzeichnungspflichtige Allergene und Zusatzstoffe 04.10.2021 - 08.10.2021

a=Glutenhaltiges Getreide, b=Eier, c=Erdnüsse, d=Milch, e=Sellerie, f=Sesam, g=Lupine, h=Krebstiere, i=Fisch aus Wildfang, j=Soja, k=Schalenfrüchte, l=Senf, m=Schwefeldioxid und Sulphite, n=Weichtiere, a1=Weizen, a2=Dinkel, a3=Roggen, a4=Hafer, a5=Kamut, a6=Gerste, k1=Mandeln, k2=Haselnüsse, k3=Walnüsse, k4=Kaschunüsse, k5=Pecanüsse, k6=Paranüsse, k7=Pistazien, k8=Macadamianüsse, k9=Queenslandnüsse

04.10.2021, Menü 1, Minestrone mit Hörnle Früchtequarkdessert \* Früchte-Joghurt-Quarkdessert: d \* Hörnle : a1 \* Minestrone: e \* Nährwerte: 100gr | kJ/kcal:297.49/71,9 | Fett:1,6g | davon gesättigte Fettsäuren:0,2g | Kohlenhydrate:10,5g | davon Zucker:2,4g | Eiweiß:3,5g | Salz:0,4g

05.10.2021, Menü 1, Hackfleischbolognese mit Spaghetti und Reibekäse Rohkost-Salat \* Bolognese-Soße (Rind): a,a1,e \* Gurkensalat mit Dressing: e,l \* Reibekäse: d \* Spaghetti für Bolognesesoße: a,a1 \* Nährwerte: 100gr | kJ/kcal:460.9/110,7 | Fett:3,8g | davon gesättigte Fettsäuren:1,4g | Kohlenhydrate:12,3g | davon Zucker:0,9g | Eiweiß:6,6g | Salz:0,8g

05.10.2021, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße Reibekäse dazu Rohkost Salat Obst \* Äpfel: keine \* Gurkensalat mit Dressing: e,l \* Reibekäse: d \* Spaghetti: a,a1 \* Tomatensoße für Pasta: a,a1,d,e \* Nährwerte: 100gr | kJ/kcal:389.67/93,3 | Fett:3,2g | davon gesättigte Fettsäuren:1,0g | Kohlenhydrate:12,7g | davon Zucker:3,1g | Eiweiß:3,2g | Salz:0,6g

06.10.2021, Menü 1, Karotten-Brokkolibratling mit Käsesoße dazu Salat \* Karotten-Brokkolibratling: a,a1,b,e \* Käsesoße: a,a1,d \* Salat: keine \* Salatdressing: e,l \* Nährwerte: 100gr | kJ/kcal:402.24/96,9 | Fett:5,3g | davon gesättigte Fettsäuren:1,6g | Kohlenhydrate:7,3g | davon Zucker:2,4g | Eiweiß:3,4g | Salz:1,0g

08.10.2021, Menü 1, Seelachsfilet in der Kräuterkruste mit Zitronensoße und Butterkartoffeln \* Butterkartoffel: d \* Seelachsfilet mit Kräuterkruste: a,a1,a2,a4,d,e,f,i \* Zitronenbittersoße : a,a1,d \* Nährwerte: 100gr | kJ/kcal:435.76/104,8 | Fett:4,5g | davon gesättigte Fettsäuren:0,8g | Kohlenhydrate:9,1g | davon Zucker:0,9g | Eiweiß:6,6g | Salz:1,1g