

# Täglich Frisches Obst und Gemüse

Speiseplan vom 09.Januar bis 03 Februar 2023

Frisches Kochen vor Ort !!



# Bestellkarte

Name : \_\_\_\_\_  
 Vorname : \_\_\_\_\_  
 Klasse : \_\_\_\_\_  
 Straße / Hausnr : \_\_\_\_\_  
 Postleitzahl / Ort : \_\_\_\_\_

Menü /Tag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Woche vom 09.01. - 13.01.2023</b>					
<b>A Kids Favourite Meal</b>	Penne "Napoli" mit Tomatensoße dazu Reibekäse (V, aw, uw, am) ✓	Hähnchenschnitzel mit Kartoffeln und Kaisergemüse (G, aw, uw, gb) ✓	Mini-Frikadellen mit Bratensoße, Reis und Mischgemüse (R, aw, uw, ae, bm) ✓	"Arroz con Pollo" Hähnchen mit Reis Erbsen, Paprika (G) ✓	Spaghetti "Asian Style" mit Karotten Lauch und Brokkoli (V, aw, uw, ay, 23) ✓
<b>B Around the world</b>	Hühnerfrikassee mit Erbsen und Spargel, dazu Reis (G, am) ✓	Tortellini mit Tomaten-Basilikumsoße und Käse (V, aw, uw, ae, am) ✓	Schupfnudeln mit Champignons, Karotten und Bohnen (V, aw, uw, ae) ✓	Kartoffelpuffer mit Apfelmus (V) ✓	Seelachsfilet natur mit Kartoffeln und Wirsing (F, af) ✓
<b>Salat</b>	Frischer Salat der Saison	Frischer Salat der Saison	Frischer Salat der Saison	Frischer Salat der Saison	Frischer Salat der Saison
<b>Dessert</b>	Obst der Saison	Obst der Saison	Obst der Saison	Obst der Saison	Obst der Saison

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Menü
					A
					B

1. Woche

<b>Woche vom 16.01. - 20.01.2023</b>					
<b>A Kids Favourite Meal</b>	Rigatoni "al Forno" mit Käse überbacken (V, aw, uw, am) ✓	Hähnchengeschnetzeltes mit Basmatireis und Erbsen (G) ✓	Pfannkuchen mit Zucker + Zimt und Apfelmus (V, 3, aw, uw, ae, am) ✓	Spaghetti "Bolognese" mit Reibekäse (R, aw, uw, am) ✓	Fischstäbchen mit Kartoffelpüree und Karotten (F, aw, uw, am, af) ✓
<b>B Around the world</b>	Rindergulasch mit Rotkohl und Kartoffelklöße (R) ✓	Mini-Frühlingsrollen mit mediterranem Couscous (V, 2, aw, uw, ae, ay) ✓	Putensteak mit Kräutern der Provence, Karoffelgratin und Bohnen (G, am) ✓	Rosenkohlaufauf mit Kartoffeln, Karotten Paprika und Fetakäse (V, am) ✓	Gebratene Champignons mit Rösti und Joghurt Dip (V, am) ✓
<b>Salat</b>	Frischer Salat der Saison	Frischer Salat der Saison	Frischer Salat der Saison	Frischer Salat der Saison	Frischer Salat der Saison
<b>Dessert</b>	Obst der Saison	Obst der Saison	Obst der Saison	Obst der Saison	Berliner

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Menü
					A
					B

2. Woche

<b>Woche vom 23.01. - 27.01.2023</b>					
<b>A Kids Favourite Meal</b>	Wiener Würstchen mit Pommes frites und Mais (G, 2, 3, 7, 15) ✓	Fusili mit Tomatensoße dazu Reibekäse (V, aw, uw, am) ✓	Hähnchenschenkel mit Potato Wedges, und Erbsen (G) ✓	Gebratener Reis "Asian style" mit Eiern, Erbsen, Karotten (V, ae) ✓	Pizza mit Tomaten und Käse (V, aw, uw, am) wahlweise Salami (S, 2, 3, 15, aw, uw, am) ✓
<b>B Around the world</b>	Maultaschenpfanne Bohnen, Cherrytomaten Paprika und Karotten (V, aw, uw, ae, bc) ✓	Paella Reis mit Hühnerfleisch und Garnelen (G; F, ac, af, um, 23) ✓	Chili sin Carne Vegetarischer Bohneneintopf mit Mais (V) ✓	Chicken Masala mit Basmatireis Brokkoli (am) ✓	Schollenfilet paniert mit Zitrone, Kartoffeln und Blumenkohl (F, aw, uw, gb, af) ✓
<b>Salat</b>	Frischer Salat der Saison	Frischer Salat der Saison	Frischer Salat der Saison	Frischer Salat der Saison	Frischer Salat der Saison
<b>Dessert</b>	Obst der Saison	Obst der Saison	Obst der Saison	Obst der Saison	Obst der Saison

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Menü
					A
					B

3. Woche

<b>Woche vom 30.01. - 03.02.2023</b>					
<b>A Kids Favourite Meal</b>	Spiralnudeln "Bolognese" mit Reibekäse (R, aw, uw, am) ✓	Eieromelette mit Rahmspinat und Kartoffelpüree (V, ae, am) ✓	Gegrillte Hähnchenbrust mit Bratensoße Kartoffeln, Blumenkohl (G) ✓	Spaghetti mit Spinatsoße dazu Reibekäse (V, aw, uw, am) ✓	Hamburger mit Pommes frites Tomaten und Gurken (R, aw, uw, as) ✓
<b>B Around the world</b>	Germknödel mit Kirschfüllung und Vanillesoße (V, 3, aw, uw, ae, am) ✓	Burritos, auf Wunsch Hähnchengeschnetzeltes und Salsasoße (aw, uw) ✓	Gnocchi mit Tomaten-Pilzrahmsauce (aw, uw, ae, am) ✓	Fischfilet Francais mit Basmatireis und Brokkoli (F, 1, aw, uw, af) ✓	Linseneintopf mit frischem Gemüse auf Wunsch Rindswurst (R; V) ✓
<b>Salat</b>	Frischer Salat der Saison	Frischer Salat der Saison	Frischer Salat der Saison	Frischer Salat der Saison	Frischer Salat der Saison
<b>Dessert</b>	Obst der Saison	Obst der Saison	Obst der Saison	Obst der Saison	Obst der Saison

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Menü
					A
					B

4. Woche

Zusatzstoffe: 1 - mit Farbstoff, 2 - mit Konservierungsstoff, 3 - mit Antioxidationsmittel, 4 - mit Geschmacksverstärker, 5 - mit einer Zuckerart und Süßungsmittel(n), 7 - mit Phosphat, 8 - gewachst, 15 - mit Nitritpökelsalz;  
 Allergene: aw - enthält glutenhaltiges Getreide\*, uw - enthält Weizen\*, nr - enthält Roggen\*, gb - enthält Gerste\*, go - enthält Hafer\*, gs - enthält Dinkel\*, gk - enthält Kamut\*, ac - enthält Hybridstämme\*, ac - enthält Krebstiere\*, ae - enthält Eier\*, af - enthält Fische\*, ap - enthält Erdnüsse\*, ay - enthält Sojabohnen\*, am - enthält Milch\*, an - enthält Schalenfrüchte\*, sa - enthält Mandeln\*, sh - enthält Haselnüsse\*, sw - enthält Walnüsse\*, sc - enthält Kaschunüsse\*, sp - enthält Pecannüsse\*, sr - enthält Paranüsse\*, st - enthält Pistazien\*, sm - enthält Macadamianüsse\*, sq - enthält Queenslandnüsse\*, bc - enthält Sellerie\*, bm - enthält Senf\*, as - enthält Sesam\*, au - enthält Schwefeldioxid und Sulfite, nl -

Bitte am Kiosk abgeben :  
 VielfaltMenu c/o ISF  
 Straße zur Internationalen Schule 33  
 65931 Frankfurt /Sindlingen

**VielfaltMenu Contact: Steve Völker 069/37568575 | Fax 069/37568576 | Mail isf.3192@vielfaltmenu.com**