

# Täglich Frisches Obst und Gemüse

Speiseplan vom 31. Oktober bis 25. November 2022

**Frisches Kochen vor Ort !!**



Menü /Tag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Woche vom 31.10. - 04.11.2022					
<b>A Kids Favourite Meal</b>	Mini-Frikadellen mit Reis und Mischgemüse (R, aw, uw, ae, bm)	Penne "Napoli" mit Tomatensoße dazu Reibekäse (V, aw, uw, am)	Gegrillte Hähnchenbrust mit Bratensoße Kartoffeln und Erbsen (G)	Pfannkuchen mit Zucker + Zimt und Apfelmus (V, aw, uw, ae, am)	Spaghetti "Asian Style" mit Karotten Lauch und Brokkoli (V, aw, uw, ay, 23)
<b>B Around the world</b>	Schupfnudeln mit Champignons, Karotten und Bohnen (V, aw, uw, ae)	Hühnerfrikassee mit Erbsen und Spargel, dazu Reis (G, am)	Blumenkohl Kartoffel-Curry mit Basmatireis (V)	Geflügelbratwurst mit Grünkohl und Kartoffeln (G, 3, 7, 15)	Seelachsfilet natur mit Basmatireis und Bohnen (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

Woche vom 07.11. - 11.11.2022					
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
<b>A Kids Favourite Meal</b>	"Arroz con Pollo" Hähnchen mit Reis Erbsen, Paprika (G)	Rigatoni "al Forno" mit Käse überbacken (V, aw, uw, am)	Hähnchengeschnetzeltes mit Basmatireis und Brokkoli (G)	Fischstäbchen mit Kartoffelpüree und Erbsen (F, aw, uw, am, af)	Spaghetti "Bolognese" mit Reibekäse (R, aw, uw, am)
<b>B Around the world</b>	Brokkoli-Blumenkohl Auflauf mit Kartoffeln (V, am)	Putensteak mit Kräutern der Provence, Kartoffelgratin und Bohnen (G, am)	Chili sin Carne Vegetarischer Bohneneintopf mit Mais (V)	Tortellini mit Tomaten-Basilikumsoße und Käse (V, aw, uw, ae, 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

Woche vom 14.11. - 18.11.2022					
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
<b>A Kids Favourite Meal</b>	Wiener Würstchen mit Pommes frites und Mais (G, 2, 3, 7, 15)	Gabelspaghetti mit Tomatensoße dazu Reibekäse (V, aw, uw, am)	Hähnchenschnitzel mit Kartoffeln und Kaisergemüse (G, aw, uw, gb)	Gebratener Reis mit Eiern, Erbsen, Karotten und Mais (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>	Veg. Cous Cous-Pfanne mit Paprika, Zucchini und Erbsen (V, aw, uw)	Chicken Masala mit Basmatireis Brokkoli (G, am)	Kaiserschmarrn mit Apfelmus (V, 3, aw, uw, ae, am)	Schollenfilet paniert mit Zitrone, Kartoffeln und Blumenkohl (F, aw, uw, gb, af)	Pasta Florentiner Art mit Blattspinat und Tomatenwürfel (V, aw, uw)
<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

Woche vom 21.11. - 25.11.2022					
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
<b>A Kids Favourite Meal</b>	Spiralnudeln "Bolognese" mit Reibekäse (R, aw, uw, am)	Backfisch mit Basmatireis und Karotten (F, aw, uw, af)	Mini-Frühlingsrollen mit Basmatireis und Sojasoße (V, 2, aw, uw, ae, ay)	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>	Rosenkohlaufauf mit Kartoffeln und Karotten (V, am)	Eieromelette mit Rahmspinat und Kartoffelpüree (V, ae, am)	Lahmacun, auf Wunsch Hähnchengeschnetzeltes und Joghurtsoße (R, G, aw, uw, ay, am)	Truthahnbraten mit Kürbis-Kartoffelpüree und Cranberrysauce (G, 3, am, au)	Gnocchi mit Tomaten-Pilzrahmsauce (aw, uw, ae, 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	Obst der Saison

**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\*, ax - 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

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

# Bestellkarte

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

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Menü
					<b>A</b>
					<b>B</b>

**1. Woche**

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Menü
					<b>A</b>
					<b>B</b>

**2. Woche**

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Menü
					<b>A</b>
					<b>B</b>

**3. Woche**

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Menü
					<b>A</b>
					<b>B</b>

**4. Woche**

**Bitte am Kiosk abgeben :  
 VielfaltMenü c/o ISF**

Straße zur Internationalen Schule 33  
 65931 Frankfurt /Sindlingen