

# Speiseplan

## KW 46 12.11. - 16.11.18

Freie Waldorf Schule Bremen Nord

Verantwortlicher:

Marcus Müller

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Früstück</b>	Laugenstange <sup>(a1 k)</sup> & Belegte Brötchen <sup>(a1 f g k)</sup>	Wraps <sup>(a2 g)</sup> & Belegte Brötchen <sup>(a1 f g k)</sup>	Sandwiches <sup>(a2 f g)</sup> & Belegte Brötchen <sup>(a1 f g k)</sup>	Joghurt & Müsli <sup>(g h1 i k)</sup> & Belegte Brötchen <sup>(a1 f g k)</sup>	Laugenstange <sup>(a1 k)</sup> & Belegte Brötchen <sup>(a1 f g k)</sup>
<b>Mittagessen</b>	Gemüse Eintopf mit Brötchen <sup>(a2)</sup>	Kartoffelgratin mit Sojaschnitzel <sup>(a a1 c f g)</sup>	Bulgur mit Tomate, Lauch und Kräuterdip <sup>(g)</sup>	Nudelpfanne mit Hähnchenstreifen und Brokkoli <sup>(a)</sup>	Ofenkartoffeln mit Gemüse und Fetakäse
<b>Salat / Dessert</b>	Kokosjoghurt <sup>(g)</sup>	Frisches Obst	Haselnussjoghurt <sup>(g)</sup>	Kirsche- Holunderjoghurt <sup>(g)</sup>	Himbeerjoghurt <sup>(g)</sup>

Änderungen vorbehalten

### **Kenntlichmachung von Zusatzstoffen**

#### **Die in diesem Wochenplan aufgeführten Speisen können enthalten:**

1 Mit Farbstoff, 2 konserviert, 3 Mit Antioxidationsmittel, 4 Mit Geschmacksverstärker, 5 geschwefelt, 6 geschwärzt, 7 Mit Nitritpökelsalz,  
8 Mit Süßungsmittel, 9 Mit Phosphat, 10 Coffeinhaltig

### **Kenntlichmachung der Allergene**

#### **Die in diesem Wochenplan aufgeführten Speisen können enthalten:**

a) Glutenhaltige Getreide, a1) Weizen, a2) Roggen, a3) Gerste, a4) Hafer, b) Krebstiere, c) Hühnerfleisch, d) Fische, e) Erdnüsse, f) Soja, g) Milch/Laktose, h) Schalenfrüchte, h1) Mandeln, h2) Haselnüsse, h3) Cashewnüsse, h4) Pecanüsse, h5) Paranüsse, h6) Pistazien, h7) Macadamianüsse, i) Sellerie, j) Senf, k) Sesam, l) Schwefeldioxid und Sulfid, m) Lupinen, n) Weichtiere