

# Speiseplan

**KW 39 26.09. - 30.09.2022**

**Freie Waldorfschule Bremen Nord**

Verantwortlicher:

Marcus Müller

	<b>Montag</b>	<b>Dienstag</b>	<b>Mittwoch</b>	<b>Donnerstag</b>	<b>Freitag</b>
<b>Pausensnacks</b>	Laugenstange <sup>(a1 k)</sup> & Belegte Brötchen <sub>(a1 f g k)</sub>	Wraps <sup>(a2 g)</sup> & Belegte Brötchen <sub>(a1 f g k)</sub>	Sandwiches <sup>(a2 f g)</sup> & Belegte Brötchen <sub>(a1 f g k)</sub>	Joghurt & Müsli <sub>(g h1 i k)</sub> & Belegte Brötchen <sub>(a1 f g k)</sub>	Laugenstange <sup>(a1 k)</sup> & Belegte Brötchen <sub>(a1 f g k)</sub>
<b>Mittagessen</b>	Kartoffelsuppe mit Baguette <sub>(a a1 g)</sub>	Gemüsenuggets mit Reis & Paprikasoße <sub>(a a1 c g i)</sub>	Couscouspfanne mit Kräuterquark <sub>(g)</sub>	Nudelgratin mit rotem Pesto und Tomaten <sub>(a1 g)</sub>	Vegetarische Hackfleisch- pfanne <sub>(a3 a4 g)</sub>

Zu jedem Mittagessen gibt es ein täglich wechselnden Nachtisch oder Obst.

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 Koffeinhaltig

**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) Hühnerrei, d) Fische, e) Erdnüsse, f) Soja, g) Milch/Laktose, h) Schalenfrüchte, h1) Mandeln, h2) Haselnüsse, h3) Cashewnüsse, h4) Pekannüsse, h5) Paranüsse, h6) Pistazien, h7) Macadamianüsse, i) Sellerie, j) Senf, k) Sesam, L) Schwefeldioxid und Sulfit, m) Lupinen, n) Weichtiere