



# Friedrich-Ebert-Realschule

## Speiseplan

Montag  
06.02.2023

Maccaroni Nudeln a,a1  
Bolognese mit Rinderhackfleisch i  
geriebener Hartkäse 1,2,g  
Mischsalat Paris  
American Dressing c,i,j  
frisches Obst

kcal: 694, KJ: 2921, Eiweiß: 26,12 g, Fett: 15,80 g, ges. Fetts.: 5,62 g, Kohlenhydrate: 110,11 g, Zucker: 28,91 g, Salz: 3,69 g

Dienstag  
07.02.2023

vegetarische Gemüsetasche a,a1,c,g,i  
Rahmsauce nach holländischer Art 8,c,g  
Salzkartoffeln  
Maissalat in Italian Dressing  
Nuss-Nougatpudding g,h,h2

kcal: 536, KJ: 2262, Eiweiß: 12,29 g, Fett: 20,94 g, ges. Fetts.: 6,89 g, Kohlenhydrate: 72,38 g, Zucker: 21,66 g, Salz: 3,14 g

Mittwoch  
08.02.2023

Seelachsfilet in Kokospanade a,a1,d,j  
fruchtige Currysauce 8,g,j  
Reis  
glasierte Fingermöhren  
frisches Obst

kcal: 526, KJ: 2142, Eiweiß: 16,23 g, Fett: 16,26 g, ges. Fetts.: 6,74 g, Kohlenhydrate: 77,36 g, Zucker: 15,39 g, Salz: 1,80 g

Donnerstag  
09.02.2023

grüne Tortellini mit Käsefüllung a,a1,c,g  
Kräutersauce 8,g  
geriebener Hartkäse 1,2,g  
feine Salatmischung  
French Dressing c,j  
Joghurt Pfirsich-Maracuja g

kcal: 635, KJ: 2677, Eiweiß: 26,21 g, Fett: 17,28 g, ges. Fetts.: 6,00 g, Kohlenhydrate: 91,54 g, Zucker: 21,88 g, Salz: 3,56 g

Freitag  
10.02.2023

gebratene Hähnchenstreifen  
Joghurt-Schnittlauch-Dip g  
ABC Kartoffeln c  
Krautsalat in Essig-Öl-Dressing 3  
frisches Obst

kcal: 599, KJ: 2518, Eiweiß: 32,69 g, Fett: 21,52 g, ges. Fetts.: 3,13 g, Kohlenhydrate: 64,49 g, Zucker: 9,87 g, Salz: 3,92 g

**Wir wünschen einen guten Appetit.**

**Ansprechpartner:**

Betriebsgastronomie Chemiepark Knapsack

Telefon: 02233/48-6003

Fax: 02233/48-6325

E-Mail:

betriebsgastronomie@yncoris.com

**Legende der Allergene und Zusatzstoffe:**

1 = mit Farbstoff/en, 2 = konserviert, 3 = mit Antioxidationsmittel, 8 = mit Phosphat/en, a = Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1 = Weizen, c = Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, d = Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse, g = Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschl. Laktose), h = Schalenfrüchte und daraus gewonnene Erzeugnisse, h2 = Haselnüsse, h9 = Hülsenfrüchte, i = Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, j = Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse