

vegetarisch Friedrich-Ebert-Realschule

MENÜLINIE VEGETARISCHES ESSEN

Montag
05.05.2025

veganer Backfisch
Zitronen-Joghurt-Dip
Pommes Wedges
Salatauswahl
Caesar Dressing
frisches Obst

a,a1
g

c,g,j

kcal: 640, KJ: 2673, Eiweiß: 15,37 g, Fett: 24,76 g, ges. Fetts.: 3,65 g, Kohlenhydrate: 82,77 g, Zucker: 22,97 g, Salz: 3,12 g

Dienstag
06.05.2025

vegane Lasagne Bolognese
Tomatensauce
Romana Salat
French Dressing
Grießpudding

a,a1

c,j
a,a1,g

kcal: 613, KJ: 2576, Eiweiß: 20,21 g, Fett: 25,58 g, ges. Fetts.: 7,50 g, Kohlenhydrate: 70,77 g, Zucker: 39,66 g, Salz: 4,55 g

Mittwoch
07.05.2025

veganes Curryragout mit Kartoffeln, Kürbis und Tofu
Reis
Kräutermöhrrchen
frisches Obst

8,f,j

kcal: 444, KJ: 1876, Eiweiß: 11,92 g, Fett: 3,89 g, ges. Fetts.: 0,82 g, Kohlenhydrate: 89,10 g, Zucker: 23,51 g, Salz: 0,51 g

Donnerstag
08.05.2025

6 Stück, vegane Hackbällchen
Bratensauce
Kartoffelpüree
Cole Slaw
Mandarinenquark

a,a1,j

3,g
2,c,g
g

kcal: 704, KJ: 2944, Eiweiß: 24,44 g, Fett: 35,56 g, ges. Fetts.: 9,86 g, Kohlenhydrate: 68,85 g, Zucker: 27,35 g, Salz: 4,68 g

Freitag
09.05.2025

kein Essen

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, a3 = Gerste, a4 = Hafer, c = Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, e = Erdnüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse, f = Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse, g = Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschl. Laktose), h9 = Hülsenfrüchte, i = Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, j = Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse