

Schule Mo-Mi

Speiseplan HRS Greene KW 23

Datum	Montag 3.6.2019		Dienstag 4.6.2019		Mittwoch 5.6.2019		Donnerstag 6.6.2019		Freitag 7.6.2019	
Menülinie										
Menü 1	Schinkennudeln mit Schinkenstreifen & Zwiebeln, Tomaten-Basilikum-Soße, Parmesan, Obst	712,1 kcal 2996,4 kJ 9 g 34,2 g 16,1 g 105,5 g	Gebackenes Schollenfilet mit Butterkartoffeln, Grüner Salat & Dressing	840,4 kcal 3513 kJ 5,2 g 27 g 41 g 81,4 g	Hähnchenbrust, Käserahmsoße mit getrockneten Tomatenstreifen & Blattspinat, Langkornreis	691,5 kcal 2907,6 kJ 14,3 g 55,8 g 24,6 g 61,6 g				
Zusatzstoffe	1, 2, 3, 15, a, g, a1		1, 9, 11, a, c, d, g, j, a1		1, 2, g					
Menü 2	Fussili mit Tomatensoße, Parmesan, Obst	419,3 kcal 1750,9 kJ 7,7 g 20,5 g 12,9 g 54,5 g	Salat Cowboy mit gebratenem Speck, Kidney Bohnen, Mais, Caesardressing, Brötchen, & Pudding	668,6 kcal 2788,7 kJ 3 g 14,3 g 34,5 g 71,9 g	Vegetarisches Schnitzel, Käserahmsoße mit getrockneten Tomatenstreifen & Blattspinat, Langkornreis	638 kcal 2675,5 kJ 14,4 g 29 g 28,6 g 66,6 g				
Zusatzstoffe	1, 2, a, g		2, 3, 15, a, c, j, a1		1, 2, a, c, g, a1, a4					

Legende der Inhaltsstoffe

Energie (Kilokalorien)	kcal
Energie (Kilojoule)	kJ
Broteinheiten	BE
Eiweiß (Protein)	g
Fett	g
Kohlenhydrate, resorbierbare	g

Legende der Zusatzstoffe & Allergene

1 - mit Farbstoff, 2 - mit Konservierungsstoff, 3 - mit Antioxidationsmittel, 4 - mit Geschmacksverstärker, 5 - geschwefelt, 6 - geschwärzt, 7 - gewachst, 8 - mit Phosphat, 9 - mit Süßungsmittel, 11 - mit einer Zuckerart und Süßungsmittel, 12 - auf der Grundlage von Tafelsüße, 13 - enth. eine Phenylalaninquelle (Aspartam), 14 - kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken, 15 - unter Schutzatmosphäre verpackt, 16 - chininhaltig, 17 - coffeinhaltig, 18 - mit Milcheiweiß, 20 - mit erhöhtem Tauringehalt, 21 - kann Aktivität und Aufmerksamkeit bei Kindern beeinträchtigen, 31 - mit Alkohol, 32 - mit Stärke oder Pflanzenstärke, 33 - mit Geflügelfleischanteil, 34 - mit Jodsalz, 35 - mit Schwein oder tier. Fett, 36 - z. T. fein zerkleinertes Fleisch, 37 - bestrahlt oder m. ionisierenden Strahlen behandelt, 38 - aus gentech. veränderten Lebensmitteln hergestellt, 39 - gentechnisch verändert, 40 - mit Nitritpökelsalz, 41 - mit Eiklar, 42 - mit kakaohaltiger Fettglasur, 43 - mit Knoblauch, 44 - Rindfleisch, 45 - Geflügel, 46 - andere Fleischsorte, 47 - Fisch, 48 - aus Fleischstücken zusammengefügt, 49 - aus Fischstücken zusammengefügt, 50 - enth. Glutamat, 51 - enth. Koriander, 52 - enth. Karotte, 53 - enth. Gemüse, 54 - enth. Hähnchenfleisch, 55 - enth. Mais, 56 - unter Verwendung von Sahne, 57 - enth. Molkenprotein, 58 - mit Milchpulver, 59 - enth. Pflanzeneiweiß, 60 - unter Verwendung von Milch, a - enth. Gluten, b - enth. Krebstiere, c - enth. Ei, d - enth. Fisch, e - enth. Erdnüsse, f - enth. Soja (gentech-frei), g - enth. Milch einschl. Laktose, h - enth. Schalenfrüchte, i - enth. Sellerie, j - enth. Senf, k - enth. Sesam, l - enth. Schwefeldioxid/Sulfite, m - enth. Lupinen, n - enth. Weichtiere, a1 - enth. Weizen, a2 - enth. Roggen, a3 - enth. Gerste, a4 - enth. Hafer, a5 - enth. Dinkel, a6 - enth. Kamut, h1 - enth. Mandeln, h2 - enth. Haselnuss, h3 - enth. Walnuss, h4 - enth. Cashewnuss, h5 - enth. Pekannuss, h6 - enth. Paranuss, h7 - enth. Pistazie, h8 - enth. Macadamianuss, 22 - mit Sauerstoff unter Hochdruck farbstabilisiert, - enth. Süßholz, - enth. Süßholz. Bei hohem Blutdruck sollte ein übermäßiger Verzehr vermieden werden., - erhöhter Koffeingehalt. Für Kinder und schwangere oder stillende Frauen nicht empfohlen., - mit zugesetzten Pflanzensterinen, - aufgetaut, - enth. Zutatenersatz, - enth. zugesetzte Eiweiße, - zugesetztes Wasser > 5%, - Wursthülle ist nicht zum Verzehr geeignet, - enth. Koffein. Für Kinder und schwangere Frauen nicht empfohlen.