

# Schule Mo-Mi

Speiseplan HRS Greene KW 37

Datum	Montag 9.9.2019		Dienstag 10.9.2019		Mittwoch 11.9.2019		Donnerstag 12.9.2019		Freitag 13.9.2019	
<b>Menülinie</b>										
<b>Menü 1</b>	<b>Hähnchengeschnetzeltes in heller Soße mit Gemüsestreifen, Hörnchennudeln, Obst</b>	517,3 kcal 2181,5 kJ 6,3 g 36,7 g 11,6 g 64,4 g	<b>Karottencremesuppe mit Julienne, Brötchen, Joghurt</b>	373,1 kcal 1557,6 kJ 3,3 g 12,7 g 11,4 g 53,4 g	<b>Bifteki mit Rahmsoße, Paprika-Kräuterreis, Obst</b>	589,2 kcal 2471 kJ 8,1 g 25,3 g 24,1 g 65,4 g				
<b>Zusatzstoffe</b>	a, c, g, i, a1		a, f, g, i, k, a1, a3		1, c, g					
<b>Menü 2</b>	<b>Geschnetzeltes vom mediterranen Gemüse in heller Soße, Hörnchennudeln, Obst</b>	599,3 kcal 2518,5 kJ 6,6 g 33,2 g 18 g 72,3 g	<b>Salat Mexiko mit gebratenem Speck, Kidney Bohnen, Zwiebeln, Kräuterdressing, Brötchen, Götterspeise</b>	769,1 kcal 3205,1 kJ 6,3 g 16,7 g 45,6 g 69,9 g	<b>Soja Medaillons "Köttbullar Art", Rahmsoße, Paprika-Kräuterreis, Obst</b>	520 kcal 2189,2 kJ 3,3 g 19,5 g 15,5 g 72 g				
<b>Zusatzstoffe</b>	a, c, f, g, i, a1		1, 2, 3, 11, 15, a, c, g, j, a1		1, c, f, g					

**Legende der Inhaltsstoffe**

Energie (Kilokalorien)	kcal
Energie (Kilojoule)	kJ
Proteinheiten	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. Hühnchenfleisch, 55 - enth. Mais, 56 - unter Verwendung von Sahne, 57 - enth. Molkenweiß, 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%, - Würstchülle ist nicht zum Verzehr geeignet, - enth. Koffein. Für Kinder und schwangere Frauen nicht empfohlen.