

Schule Mo-Mi

Speiseplan HRS Greene KW 38 16.09.2019 - 18.09.2019

Datum	Montag 16.9.2019		Dienstag 17.9.2019		Mittwoch 18.9.2019		Donnerstag 19.9.2019		Freitag 20.9.2019	
Menülinie										
Menü 1	Fleischklößchen in Kräutersoße, Erbsen & Maisgemüse, Langkornreis	729,3 kcal 3045,8 kJ 13,7 g 29 g 37,5 g 65,3 g	Pizza Hawaii mit Schinken, Ananas & Käse, Jogurt	628,3 kcal 2649,2 kJ 6,5 g 20,4 g 16,3 g 98,4 g	Nürnberger Rostbratwurst (Schwein), Möhrengemüse, Kartoffelpüree, Apfel	676,1 kcal 2808,8 kJ 13,8 g 19,7 g 39,2 g 57,6 g				
Zusatzstoffe	1, 3, 5, 15, a, c, f, l, a1		1, 3, a, c, g, a1		3, 15, f					
Menü 2	Germüseboulette mit Kräutersoße, Erbsen & Maisgemüse, Langkornreis	375,3 kcal 1575,8 kJ 1,4 g 12,5 g 8,9 g 57,5 g	Salat Italia mit Mozzarella, Kirschtomaten, Kräuterdressing, Brötchen, Joghurt	756,6 kcal 3142,8 kJ 9,1 g 19 g 49,2 g 56,6 g	Baguette Neptun mit Thunfisch & Käse	696,3 kcal 2882,2 kJ 8,7 g 45,6 g 25,5 g 68,1 g				
Zusatzstoffe	1, 3, 5, 15, a, c, f, l, a1		1, 11, a, c, g, j, a1		11, 15, a, c, d, g, j, a1, a3					

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%, - Wursthülle ist nicht zum Verzehr geeignet, - enth. Koffein. Für Kinder und schwangere Frauen nicht empfohlen.