

Schule Mo-Mi

Speiseplan HRS Greene KW 39

Datum	Montag 23.9.2019		Dienstag 24.9.2019		Mittwoch 25.9.2019		Donnerstag 26.9.2019		Freitag 27.9.2019	
Menülinie										
Menü 1	Gemüsefrikadelle mit Sommergemüse in Rahm, Kartoffelpüree, Pudding	376,8 kcal 1585 kJ 1,3 g 9,7 g 9,1 g 62,2 g	Schweineschnitzel, Rahmsoße, Kartoffeln, Salat & Sylter Dressing	1334,4 kcal 5534,5 kJ 11,4 g 40,9 g 102,2 g 62,9 g	Gabelspaghetti mit Rindfleisch Bolognese Soße mit Tomaten, Parmesan, Obst	946,6 kcal 3923,9 kJ 12,6 g 53,6 g 29 g 115,7 g				
Zusatzstoffe	1, 3, 5, 15, a, c, f, l, a1		15, a, c, f, g, j, a1		1, 2, a, c, g, a1					
Menü 2			Salat Schinken & Käse, Joghurdressing, Brötchen, Fruchtjoghurt	941,7 kcal 3927,8 kJ 14,6 g 35,2 g 55,3 g 73 g	Gabelspaghetti mit Vegetarischer Bolognese Soße mit Tomaten, Parmesan, Obst	827,9 kcal 3431,9 kJ 8 g 48,6 g 15,8 g 119,1 g				
Zusatzstoffe			2, 3, 8, 15, a, c, g, j, a1		1, 2, a, c, e, f, g, h, i, j, a1					

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