



# Friedrich-Ebert-Realschule

## Speiseplan

<u>Montag</u> 07.10.2024	Spiralnudeln Bolognese mit Rinderhackfleisch geriebener Hartkäse Bohnensalat/ Joghurt Dressing frisches Obst	a,a1 i 1,2,g c,g,i,j
kcal: 689, KJ: 2895, Eiweiß: 26,38 g, Fett: 14,38 g, ges. Fetts.: 5,53 g, Kohlenhydrate: 108,65 g, Zucker: 21,09 g, Salz: 3,70 g		
<u>Dienstag</u> 08.10.2024	drei vegetarische Klopse braune Rahmsauce Reis Leipziger Allerlei Stracciatella Joghurt	a,a1,c,f,i g  g
kcal: 825, KJ: 3460, Eiweiß: 39,14 g, Fett: 30,80 g, ges. Fetts.: 7,48 g, Kohlenhydrate: 95,45 g, Zucker: 24,09 g, Salz: 3,75 g		
<u>Mittwoch</u> 09.10.2024	Putengulasch gedämpfte Salzkartoffeln Salatmischung Show French Dressing frisches Obst	c,j
kcal: 453, KJ: 1918, Eiweiß: 22,72 g, Fett: 17,18 g, ges. Fetts.: 3,72 g, Kohlenhydrate: 51,44 g, Zucker: 17,03 g, Salz: 2,20 g		
<u>Donnerstag</u> 10.10.2024	Hörnli Nudeln Cheddar-Sauce Romana Salat American Dressing Nuss-Nougatpudding	a,a1 1,8,g c,i,j g,h,h2
kcal: 676, KJ: 2842, Eiweiß: 19,47 g, Fett: 17,86 g, ges. Fetts.: 6,45 g, Kohlenhydrate: 105,80 g, Zucker: 19,81 g, Salz: 4,01 g		
<u>Freitag</u> 11.10.2024	vier Stück vegetarische Safari Junior Nuggets Ketchup Pommes Wedges Farmer Salat frisches Obst	a,a1,a4,c,g i i
kcal: 735, KJ: 3077, Eiweiß: 17,86 g, Fett: 29,73 g, ges. Fetts.: 2,80 g, Kohlenhydrate: 93,82 g, Zucker: 38,24 g, Salz: 5,32 g		

**Wir wünschen einen guten Appetit.**

**Ansprechpartner:**

Betriebsgastronomie Chemiepark Knapsack

E-Mail:

Telefon: 02233/48-6003

Fax: 02233/48-6325

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, a4 = Hafer, c = Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, f = Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse, g = Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschl. Laktose), h = Schalenfrüchte und daraus gewonnene Erzeugnisse, h2 = Haselnüsse, i = Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, j = Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse