



Friedrich-Ebert-Realschule

Speiseplan

<u>Montag</u> 02.12.2024	Spiralnudeln Bolognese mit Rinderhackfleisch geriebener Hartkäse Bohnensalat/ Joghurt Dressing frisches Obst	a,a1 i 1,2,g c,g,i,j 2
kcal: 629, KJ: 2646, Eiweiß: 26,23 g, Fett: 14,44 g, ges. Fetts.: 5,30 g, Kohlenhydrate: 93,96 g, Zucker: 11,57 g, Salz: 3,70 g		
<u>Dienstag</u> 03.12.2024	vegetarisches Schnitzel gefüllt mit Gouda lactosefreie Kräutersauce Reis Mischgemüse Stracciatella Joghurt	1,a,a1,a4,c,g 8 g
kcal: 627, KJ: 2631, Eiweiß: 23,31 g, Fett: 20,05 g, ges. Fetts.: 7,79 g, Kohlenhydrate: 86,20 g, Zucker: 18,82 g, Salz: 2,24 g		
<u>Mittwoch</u> 04.12.2024	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> 05.12.2024	vier Stück vegetarische Safari Junior Nuggets Ketchup Pommes Wedges Farmer Salat Nuss-Nougatpudding	a,a1,a4,c,g i i g,h,h2
kcal: 767, KJ: 3211, Eiweiß: 19,87 g, Fett: 33,95 g, ges. Fetts.: 5,49 g, Kohlenhydrate: 90,75 g, Zucker: 33,61 g, Salz: 5,55 g		
<u>Freitag</u> 06.12.2024	Hörnli Nudeln Cheddar-Sauce Romana Salat American Dressing frisches Obst	a,a1 1,8,g c,i,j
kcal: 678, KJ: 2847, Eiweiß: 18,58 g, Fett: 13,85 g, ges. Fetts.: 3,78 g, Kohlenhydrate: 115,27 g, Zucker: 24,52 g, Salz: 3,88 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, 5 = geschwefelt, 8 = mit Phosphat/en, a = Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1 = Weizen, a4 = Hafer, c = Eier 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, l = Schwefeldioxide und Sulphite >10 mg/kg oder 10mg/l