

## vegetarisch Friedrich-Ebert-Realschule

### MENÜLINIE VEGETARISCHES ESSEN

Montag  
02.12.2024

Spiralnudeln	a,a1
vegane Bolognese mit Gemüse geriebener Hartkäse	a,a3,f,i 1,2,g
Bohnensalat/ Joghurt Dressing	c,g,i,j
frisches Obst	2

kcal: 573, KJ: 2416, Eiweiß: 23,86 g, Fett: 9,04 g, ges. Fetts.: 2,54 g, Kohlenhydrate: 94,55 g, Zucker: 11,59 g, Salz: 2,54 g

Dienstag  
03.12.2024

vegetarisches Schnitzel gefüllt mit Gouda	1,a,a1,a4,c,g
lactosefreie Kräutersauce	8
Reis	
Mischgemüse	
Stracciatella Joghurt	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

Mittwoch  
04.12.2024

Veganes Tofu Ragout mit Gemüse	f
gedämpfte Salzkartoffeln	
Salatmischung Show	
French Dressing	c,j
frisches Obst	

kcal: 402, KJ: 1705, Eiweiß: 12,64 g, Fett: 15,67 g, ges. Fetts.: 3,02 g, Kohlenhydrate: 52,09 g, Zucker: 18,56 g, Salz: 1,70 g

Donnerstag  
05.12.2024

vier Stück vegetarische Safari Junior Nuggets	a,a1,a4,c,g
Ketchup	i
Pommes Wedges	
Farmer Salat	i
Nuss-Nougatpudding	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

Freitag  
06.12.2024

Hörnli Nudeln	a,a1
Cheddar-Sauce	1,8,g
Romana Salat	
American Dressing	c,i,j
frisches Obst	

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

Telefon: 02233/48-6003

Fax: 02233/48-6325

E-Mail:

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, a3 = Gerste, 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