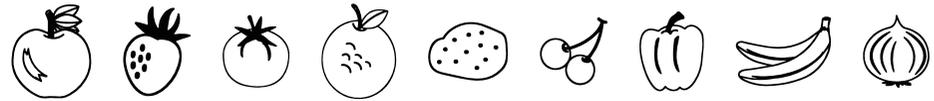


Speiseplan



Schule: Mülheimer Freiheit / Düsseldorfer Str. **1**

Der Speiseplan gilt für die KW **44-15**, also vom **28.10.2024** bis **11.04.2025**

Unser Speiseplan orientiert sich am „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
HAUPTMENÜ	Spaghetti ^(a1) an Linsenbolognese ⁽ⁱ⁾ (Möhren, Sellerie, Lauch) dazu Parmesan ^(g) G- Gluten freie Nudeln	Lachsfilet ^(d) an Gemüse-Vollkornreis (Erbsen, Zwiebeln, Petersilie) dazu vegane Zitronen- Mayo	Semmelknödel ^(a1,c) in Pilz-Rahmsoße ^(i,g,f) G,Ei- Gemüse Dino	Leberkäse (Geflügel) dazu gebackene Kartoffeln	Bauerneintopf (Bohnen, Möhren, Kartoffeln) dazu ein Finnenbrötchen ^(a1,a2) G- Gluten freies Brötchen
VEGETARISCHE ALTERNATIVE		Gefüllte Paprika ^(a1,i) an Gemüse-Vollkornreis (Erbsen, Zwiebeln, Petersilie) dazu vegane Zitronen- Mayo		Zucchinihälfte gefüllt mit Gemüse (Zwiebeln, Petersilie) und Käse ^(g) dazu gebackene Kartoffeln L- Laktose frei	
SALAT + ROHKOST	Saisonale Rohkost		Saisonale Rohkost	Salat an Balsamico- Süßen-Senf Dressing ^(j)	
DESSERT + OBST	Saisonales Obst		Marmorkuchen ^(a1,g,c) G,Ei- Reiswaffel L-Laktose freie Kekse		Saisonales Obst

Wir behalten uns kurzfristige Änderungen des Speiseplans vor.

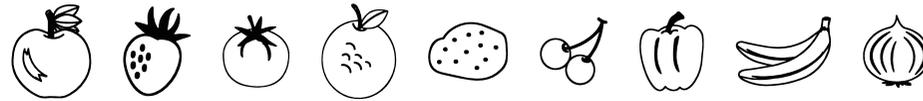
Zusatzstoffe

1 Mit Farbstoff	6 Geschwärzt
2 Mit Konservierungsstoff	7 Gewachst
2.1 Mit Nitritpökelsalz	8 Mit Phosphat
2.2 Mit Nitrat	9 Süßungsmittel(n)
2.3 Mit Nitratpökelsalz und Nitrat	10 Mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln
3 Mit Antioxidationsmittel	11 Enthält eine Phenylalaninquelle
4 Mit Geschmacksverstärker	12 Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken
5 Geschwefelt	

Allergene

a1 Weizen	e Erdnüsse	h6 Paranüsse
a2 Roggen	f Sojabohnen	h7 Pistazien
a3 Gerste	g Milch, Laktose	h8 Macadamia- oder Queenslandnüsse
a4 Hafer	h1 Mandeln	i Sellerie
a5 Dinkel	h2 Haselnüsse	j Senf
b Krebstiere	h3 Walnüsse	k Sesamsamen
c Eier	h4 Kaschunüsse	l Schwefeldioxid und Sulfite (ab 10 mg pro kg oder l)
d Fische	h5 Pecannüsse	m Lupine
		n Weichtiere (z.B. Tintenfisch, Muscheln etc.)

Speiseplan



Schule: Mülheimer Freiheit / Düsseldorfer Str. **1**

Der Speiseplan gilt für die KW **44-15**, also vom **28.10.2024** bis **11.04.2025**

Unser Speiseplan orientiert sich am „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
HAUPTMENÜ	Spaghetti ^(a1) an Linsenbolognese ⁽ⁱ⁾ (Möhren, Sellerie, Lauch) dazu Parmesan ^(g) G- Gluten freie Nudeln	Lachsfilet ^(d) an Gemüse-Vollkornreis (Erbsen, Zwiebeln, Petersilie) dazu vegane Zitronen- Mayo	Semmelknödel ^(a1,c) in Pilz-Rahmsoße ^(i,g,f) G,Ei- Gemüse Dino	Leberkäse (Geflügel) dazu gebackene Kartoffeln	Bauerneintopf (Bohnen, Möhren, Kartoffeln) dazu ein Finnenbrötchen ^(a1,a2) G- Gluten freies Brötchen
VEGETARISCHE ALTERNATIVE		Gefüllte Paprika ^(a1,i) an Gemüse-Vollkornreis (Erbsen, Zwiebeln, Petersilie) dazu vegane Zitronen- Mayo		Zucchinihälfte gefüllt mit Gemüse (Zwiebeln, Petersilie) und Käse ^(g) dazu gebackene Kartoffeln L- Laktose frei	
SALAT + ROHKOST	Saisonale Rohkost		Saisonale Rohkost	Salat an Balsamico- Süßen-Senf Dressing ^(j)	
DESSERT + OBST	Saisonales Obst		Marmorkuchen ^(a1,g,c) G,Ei- Reiswaffel L-Laktose freie Kekse		Saisonales Obst

Wir behalten uns kurzfristige Änderungen des Speiseplans vor.

Zusatzstoffe

1	Mit Farbstoff	6	Geschwärzt
2	Mit Konservierungsstoff	7	Gewachst
2.1	Mit Nitritpökelsalz	8	Mit Phosphat
2.2	Mit Nitrat	9	Süßungsmittel(n)
2.3	Mit Nitratpökelsalz und Nitrat	10	Mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln
3	Mit Antioxidationsmittel	11	Enthält eine Phenylalaninquelle
4	Mit Geschmacksverstärker	12	Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken
5	Geschwefelt		

Allergene

a1	Weizen	e	Erdnüsse	h6	Paranüsse
a2	Roggen	f	Sojabohnen	h7	Pistazien
a3	Gerste	g	Milch, Laktose	h8	Macadamia- oder Queenslandnüsse
a4	Hafer	h1	Mandeln	i	Sellerie
a5	Dinkel	h2	Haselnüsse	j	Senf
b	Krebstiere	h3	Walnüsse	k	Sesamsamen
c	Eier	h4	Kaschunüsse	l	Schwefeldioxid und Sulfite (ab 10 mg pro kg oder l)
d	Fische	h5	Pecannüsse	m	Lupine
				n	Weichtiere (z.B. Tintenfisch, Muscheln etc.)

Speiseplan



Schule: Mülheimer Freiheit / Düsseldorfer Str. **1**

Der Speiseplan gilt für die KW **44-15**, also vom **28.10.2024** bis **11.04.2025**

Unser Speiseplan orientiert sich am „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
HAUPTMENÜ	Spaghetti ^(a1) an Linsenbolognese ⁽ⁱ⁾ (Möhren, Sellerie, Lauch) dazu Parmesan ^(g) G- Gluten freie Nudeln	Lachsfilet ^(d) an Gemüse-Vollkornreis (Erbsen, Zwiebeln, Petersilie) dazu vegane Zitronen- Mayo	Semmelknödel ^(a1,c) in Pilz-Rahmsoße ^(i,g,f) G,Ei- Gemüse Dino	Leberkäse (Geflügel) dazu gebackene Kartoffeln	Bauerneintopf (Bohnen, Möhren, Kartoffeln) dazu ein Finnenbrötchen ^(a1,a2) G- Gluten freies Brötchen
VEGETARISCHE ALTERNATIVE		Gefüllte Paprika ^(a1,i) an Gemüse-Vollkornreis (Erbsen, Zwiebeln, Petersilie) dazu vegane Zitronen- Mayo		Zucchinihälfte gefüllt mit Gemüse (Zwiebeln, Petersilie) und Käse ^(g) dazu gebackene Kartoffeln L- Laktose frei	
SALAT + ROHKOST	Saisonale Rohkost		Saisonale Rohkost	Salat an Balsamico- Süßen-Senf Dressing ^(j)	
DESSERT + OBST	Saisonales Obst		Marmorkuchen ^(a1,g,c) G,Ei- Reiswaffel L-Laktose freie Kekse		Saisonales Obst

Wir behalten uns kurzfristige Änderungen des Speiseplans vor.

Zusatzstoffe

1 Mit Farbstoff	6 Geschwärzt
2 Mit Konservierungsstoff	7 Gewachst
2.1 Mit Nitritpökelsalz	8 Mit Phosphat
2.2 Mit Nitrat	9 Süßungsmittel(n)
2.3 Mit Nitratpökelsalz und Nitrat	10 Mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln
3 Mit Antioxidationsmittel	11 Enthält eine Phenylalaninquelle
4 Mit Geschmacksverstärker	12 Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken
5 Geschwefelt	

Allergene

a1 Weizen	e Erdnüsse	h6 Paranüsse
a2 Roggen	f Sojabohnen	h7 Pistazien
a3 Gerste	g Milch, Laktose	h8 Macadamia- oder Queenslandnüsse
a4 Hafer	h1 Mandeln	i Sellerie
a5 Dinkel	h2 Haselnüsse	j Senf
b Krebstiere	h3 Walnüsse	k Sesamsamen
c Eier	h4 Kaschunüsse	l Schwefeldioxid und Sulfite (ab 10 mg pro kg oder l)
d Fische	h5 Pecannüsse	m Lupine
		n Weichtiere (z.B. Tintenfisch, Muscheln etc.)