

# Speiseplan CWS



Woche 5	Mittagessen 1	Mittagessen 2
Montag 24.02.2025	Pasta Gnocchi (a1-5/c) (Muschel Art) mit Spinat- Gorgonzolasoße (a1/b/k)	
Dienstag 25.02.2025		Geflügelfrikadelle (a1-5/b/c/m) mit Soße (a1/k/1/b) dazu Rahmwirsing (a1/b/k) und Salzkartoffeln
Mittwoch 26.02.2025		Seehechtfilet (a1-5/d) gebacken mit Buttergemüseragout (a1/b/k) dazu Kartoffelpüree (5/b)
Donnerstag 27.02.2025		Hamburger vom Rind (a1/m/i) Salat und Soße (1/2/9/m/b) Gurke (1/2/9), Röstzwiebeln (a1-5/5/b)
Freitag 28.02.2025		

## Empfehlung einer Nachhaltigen Ernährung.

Alle Menüs wurden auf Grundlage der Empfehlungen der Deutsche Gesellschaft für Ernährung sowie der AOK-Ernährungsexpertinnen zusammengestellt. Bitte berücksichtigen Sie bei Ihrer Menüauswahl, dass für eine gute Entwicklung Ihres Kindes maximal 2 x wöchentlich mageres Muskelfleisch und mindestens 1 x wöchentlich Fisch (vorzugsweise Lachs, Thunfisch, Makrele oder Hering) ausgewählt werden. Die restlichen Wochentage sollten durch vegetarische Gerichte ergänzt werden.

Zusatzstoffe und Hauptallergene\*: 1) mit Farbstoff, 2) mit Konservierungsstoff, 3) mit Phosphat, 4) geschwefelt, 5) mit Antioxidationsmittel, 6) mit Geschmacksverstärker, 7) geschwärzt, 8) gewachst, 9) mit Süßungsmittel, 10) enthält eine Phenylalaninquelle, 11) kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken, 12) mit Milcheiweiß, 13) mit Eiklar, 17) koffeinhaltig, a) Glutenhaltiges Getreide, b) Milch (einschließlich Laktose), c) Ei, d) Fisch, e) Krebstiere, f) Soja, g) Erdnüsse, h) Schalenfrüchte/Nüsse, i) Sesam, k) Sellerie, m) Senf, o) Schwefeldioxide und Sulfite, r) Lupine, s) Weichtiere, zu den einzelnen Getreidesorten /Schalenfrüchten fragen Sie bitte unseren Betriebsküchenleiter.

\*und daraus gewonnene Erzeugnisse

\*\*namentliche Weizen a1, Roggen a2, Gerste a3, Hafer a4, Dinkel a5, Kamut a6

\*\*\*namentliche Mandeln h1, Haselnüsse h2, Walnüsse h3, Cashewnüsse h4, Pecannüsse h5, Paranüsse h6, Pistazien h7, Macadamianüsse h8



Haben Sie öfters  
Muskelkrämpfe?

Infos über einen wichtigen  
Mineralstoff

Änderungen vorbehalten!  
Das Küchenteam ist erreichbar unter Tel.  
09281/1602990

