

## Kettlerschule Hamm

### Montag, 28.08.2023

Vorspeise 2

Veganes Menü

Vegan+glutenfrei

Dessert 2

Rohkost

BIO-Nudeln (GG, WZ)

mit Tomatensoße (KV)

glutenfreie Nudeln (KV)

mit Tomatensoße (KV)

Frischobst

### Dienstag, 29.08.2023

Vorspeise 2

Menü 2 (vegetarisch)

Veganes Menü

Dessert 1 (DGE)

Gemischte Blattsalate

mit Joghurt-Basilikumdressing (SU, ML, SE, 2)

Tortellini al forno (Nudeln mit Käse-Spinat-Füllung, Tomaten, Paprika) mit Käse überbacken (GG, WZ, ML)



Erbseintopf (mit BIO-Kartoffeln, Erbsen, Sellerie, Möhren und Lauch) (SL, SE)



Westf. Pumpernickel-Speise (Sahnepudding mit Schokolade u. Pumpernickel) (GG, RO, GE, ML, 12)

### Mittwoch, 30.08.2023

Vorspeise 1 (DGE)

Menü 1 (Fleisch/Fisch)

Menü 2 (vegetarisch)

Dessert 1 (DGE)

Bauernsalat (mit Eisbergsalat, Tomate, Gurke)

mit Essig-Öl-Dressing (SE, SU, 2, 13)

Gyrostopf mit Pute und Paprika (KV)

mit BIO-Reis (KV)

BIO-Pasta (GG, WZ)

veg. Bolognesesoße (mit BIO-Weizen) (GG, WZ, SL)

Frischobst

### Donnerstag, 31.08.2023

Vorspeise 2

DGE-Menü

Menü 1 (Alternativbeilage)

Dessert 2

Rohkost

BIO-Spirellis (GG, WZ)

Tomaten-Basilikum-Soße (KV)

Hackfleischpfanne (Rind) mit Schmorgemüse (Möhren, Zwiebeln, Wirsing) (KV)



BIO-Reis (KV)

Bananen-Kokos-Kuchen (GG, WZ, EI, 12, 2)

### Freitag, 01.09.2023

Vorspeise 2

Rohkost

Wir wünschen Ihnen „Guten Appetit“

0 = keine vorhanden, 1 = Konservierungsstoffe, 2 = Antioxidationsmittel, 4 = Süßungsmittel, 12 = Farbstoffe, 13 = geschwefelt, 15 = geschwärzt, 16 = Phosphat, DI = Dinkel, EI = Ei, EN = Erdnuss, GE = Gerste, HF = Hafer, HN = Haselnüsse, KN = Cashewnüsse, KT = Krebstiere, MA = Mandeln, ML = Milch/Laktose, RO = Roggen, SE = Senf, SF = Schalenfrüchte, SL = Sellerie, SM = Sesam, SO = Soja, WN = Walnüsse, WZ = Weizen, RK = Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika, FO = täglich und saisonal wechselnd  
Da bei der Produktion alle 14 Hauptallergene verwendet werden, kann eine Kreuzkontamination nicht ausgeschlossen werden.

Änderungen vorbehalten

## Kettelerschule Hamm

Menü 2 (vegetarisch)

Frisches Wokgemüse in feiner Kokos-Sahne-Soße (Möhren, Zucchini, Chinakohl und Sprossen) (ML)



Lieblingsmenü

BIO-Reis (KV)     

Reibeplätzchen (EI, GG, WZ)  

mit Apfelmus (KV, 2)    

Dessert 1 (DGE)

Schwarzwälder Kirschquark (Quark mit Kirschen und Kakaopulver) (ML)



Wir wünschen Ihnen „Guten Appetit“

0 = keine vorhanden, 1= Konservierungsstoffe, 2 = Antioxidationsmittel, 4= Süßungsmittel, 12= Farbstoffe, 13 = geschwefelt, 15 = geschwärzt, 16= Phosphat, DI = Dinkel, EI = Ei, EN = Erdnuss, GE = Gerste, HF = Hafer, HN = Haselnüsse, KN = Cashewnüsse, KT = Krebstiere, MA = Mandeln, ML = Milch/Laktose, RO = Roggen, SE = Senf, SF = Schalenfrüchte, SL = Sellerie, SM = Sesam, SO = Soja, WN = Walnüsse, WZ = Weizen, RK = Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika, FO = täglich und saisonal wechselnd

**Da bei der Produktion alle 14 Hauptallergene verwendet werden, kann eine Kreuzkontamination nicht ausgeschlossen werden.**

Änderungen vorbehalten