

Ketterschule Hamm

Montag, 25.09.2023

Vorspeise 1 (DGE)

DGE-Menü

Menü 2 (vegetarisch)

Dessert 2

Rahmspinat (ML) 

Seelachsfilet (paniert) (GG, WZ, FI)  

BIO-Kartoffeln     

Eieromelette (aus Bio-Ei) (EI, ML)  

BIO-Kartoffeln     

Frischobst  

Dienstag, 26.09.2023

Vorspeise 2

DGE-Menü

Dessert 2

Brötchen (GG, WZ, RO) 

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

Knuspermüsliquark (Speisequark mit Müsli und Cornflakes) (GG, WZ, HF, SF, HN, ML, GE)

Mittwoch, 27.09.2023

Vorspeise 1 (DGE)

DGE-Menü

Menü 1 (Fleisch/Fisch)

Dessert 2

Bunte Blattsalate (Lollo, Eichblatt, Feldsalat)  

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

veg. Westernpfanne mit Paprika, Kidneybohnen und Mais (KV, 7)   

  

Naturreis (KV)    

Tex. Hackfleischsoße (mit Bohnen, Mais und Paprika) (KV, 7) 

 

BIO-Reis (KV)     

Zitronenkuchen (GG, WZ, EI, 12) 

Donnerstag, 28.09.2023

Vorspeise 1 (DGE)

Menü 2 (vegetarisch)

Dessert 1 (DGE)

Rohkost  

Kartoffel-Gemüse-Plätzchen (mit Kartoffeln, Möhren und Zucchini) (EI)   

  

mit Basilikum-Dip (ML)  

Erdbeerquark (ML) 

Freitag, 29.09.2023

Vorspeise 1 (DGE)

Veganes Menü

Mischsalat (Eisbergsalat, Chinakohlsalat, Tomaten, Paprika) (KV)  

 

mit Essig-Öl-Dressing (SE, SU, 2, 13)  

Blumenkohl-Möhren-Curry (mit Zucchini, Kichererbsen und Kokosmilch) (KV, 2)    

   

BIO-Reis (KV)     

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

Lieblingsmenü

Tortellini mit Spinat-Käsefüllung (GG, WZ, ML) 

Dessert 1 (DGE)

mit Tomatensoße (KV)    

Frischobst  

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