

Speiseplan Ontarioschule 202021.09 - 25.09

Mo
21.09

Schnitzeltag mit verschiedenen Beilagen

0,0kj/0,0kcal, Fett 0,0g, gesättigte Fettsäuren 0,0g, Kohlenhydrate 0,0g, Zucker 0,0g, Eiweiß 0,0g, Salz 0,0g

Di
22.09

Penne-Nudeln in cremiger Tomatensoße

1700,0kj/404,0kcal, Fett 12,4g, gesättigte Fettsäuren 6,4g, Kohlenhydrate 58,8g, Zucker 13,6g, Ballaststoffe 4,8g, Eiweiß 11,6g, Salz 3,16g
🌿 G, G1, M, Me, La

Mi
23.09

Zartes Lachsfilet; in gelber Paprikasoße aus nachhaltiger Fischwirtschaft
Basmatireis
Gemüse

2367,0kj/566,0kcal, Fett 28,3g, gesättigte Fettsäuren 18,2g, Kohlenhydrate 53,3g, Zucker 3,6g, Ballaststoffe 1,9g, Eiweiß 23,2g, Salz 2,19g
🌿 G, G1, Fi, M, Me, La

Do
24.09

Pancakes; kleine Pfannkuchen
Apfelmus ³

2227,0kj/528,0kcal, Fett 13,6g, gesättigte Fettsäuren 3,3g, Kohlenhydrate 86,9g, Zucker 33,1g, Ballaststoffe 2,7g, Eiweiß 13,3g, Salz 0,86g
🌿 G, G1, Ei, (Sb), M, Me, La, (Sf), (G), (E), (M), (Me), (La)

Fr
25.09

Überraschungstag

0,0kj/0,0kcal, Fett 0,0g, gesättigte Fettsäuren 0,0g, Kohlenhydrate 0,0g, Zucker 0,0g, Eiweiß 0,0g, Salz 0,0g

Speiseplan Ontarioschule 2020 21.09 - 25.09

Allergeninformationen

Mo
21.09

KA00043 Schnitztag mit verschiedenen Beilagen
Enthält:-

Di
22.09

23335 Penne-Nudeln in cremiger Tomatensoße
Enthält: **Gluten , Weizen , Milch , Milcheiweiß , Laktose**

Mi
23.09

24461 Zartes Lachsfilet; in gelber Paprikasoße aus nachhaltiger Fischwirtschaft
Enthält: **Gluten , Weizen , Fisch , Milch , Milcheiweiß , Laktose**

32838 Basmatireis
Enthält:-

KA00017 Gemüse
Enthält:-

Do
24.09







56515 Pancakes; kleine Pfannkuchen
Enthält: **Gluten , Weizen , Eier , Soja , Milch , Milcheiweiß , Laktose , Schalenfrüchte**

1552 Apfelmus
Enthält: **Gluten , Erdnüsse , Milch , Milcheiweiß , Laktose , Schalenfrüchte**

Fr
25.09

KA00004 Überraschungstag
Enthält:-

Legende

	Alkohol	E	Erdnüsse
	Fisch	EI	Eier
	Geflügelfleisch	FI	Fisch
	Rindfleisch	G	Gluten
	Schweinefleisch	G1	Weizen
	vegetarisch	G2	Roggen
		G3	Gerste
		G4	Hafer
01	Farbstoff	G5	Dinkel
02	Konservierungsmittel	G6	Kamut
03	Antioxidationsmittel	K	Krebstiere
04	Geschmacksverstärker	LA	Laktose
05	geschwefelt	LP	Lupinen
06	geschwärzt	M	Milch
07	gewachst	ME	Milcheiweiß
08	Phosphat	S	Sellerie
09	Süßungsmittel	SB	Soja
10	Zuckerart und Süßungsmittel	SD	Schwefeldioxid
11	enth. eine Phenylalaninquelle	SE	Sesam
12	kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken	SF	Schalenfrüchte
19	koffeinhaltig	SF1	Mandeln
20	Nitritpökelsalz	SF2	Haselnüsse
()	Kann Spuren enthalten von...	SF3	Walnüsse
		SF4	Kaschunüsse
		SF5	Pecannüsse
		SF6	Paranüsse
		SF7	Pistazien
		SF8	Macadamia-/Queenslandnüsse
		SN	Senf
		W	Weichtiere