

# Speiseplan

36.KW 02.09. – 06.09.2024

Zum täglichen Speiseangebot gehört ein frisches Salatbuffet.



Widar  
Schule

Waldorfschule in Bochum-Wattenscheid

*Eine Zutatenliste über unser  
gesamtes Angebot kann in der  
Küche eingesehen werden.*

Ravioli<sup>(a1)</sup> mit Zucchini, Auberginen, Paprikafüllung, Tomaten Käserahmsauce<sup>(f)</sup>, Salat  
Joghurt mit Banane<sup>(f)</sup>

Pfannkuchen<sup>(a1),(f),(c)</sup> mit Apfelmus oder Speck Zwiebelfüllung<sup>(s)</sup>, Salat  
frisches Obst

### \*\*\*Wunsch Essen\*\*\*

Hähnchenbrust Burger „Cesar Styl“<sup>(G),(a1),(f)</sup>, Vollkornbun, Roma Salat, Tomate, Parmesan, Joghurtsauce, Rosmarinkartoffeln, Salat  
„Rote Grütze“ mit Brombeeren, Himbeeren, Erdbeeren und Kirschen, Vanillesauce<sup>(f)</sup>

Lachsfrikadellen<sup>(F),(f),(c),(a1)</sup>, Wild Naturreismix, Spinatkäsesauce<sup>(f)</sup>, Salat  
Blechkuchen mit Kirschen<sup>(a1),(f),(c)</sup>

Tomatensuppe<sup>(h)</sup> mit griechischen Reisnudeln, Salat  
Naturjoghurt<sup>(f)</sup> und frisches Obst

### Tägliche Änderungen im Speiseplan vorbehalten!

**Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe:** (1) mit Farbstoff, (2) mit Konservierungsstoff, (3) mit Antioxidationsmittel, (4) mit Geschmacksverstärker, (5) geschwärzt, (6) gewachst, (7) mit Phosphat, (8) mit Süßungsmittel, (9) mit Nitritpökelsalz (10) mit Phosphorsäure, (11) enthält eine Phenylalaninquelle, (12) mit Stabilisatoren, (13) geschwefelt, (14) mit Säuerungsmittel, (15) koffeinhaltig, (16) chininhaltig

**Allergene:** (a) Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse (a1) Weizen (wie Dinkel und Khorasan-Weizen) (a2) Roggen (a3) Gerste (a4) Hafer; (b) Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse; (c) Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse; (d) Erdnüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse; (e) Soja und daraus gewonnene Erzeugnisse; (f) Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose); (g) Schalenfrüchte sowie daraus gewonnene Erzeugnisse (g1) Mandeln (g2) Haselnüsse (g3) Walnüsse (g4) Kaschunüsse (g5) Pecanüsse (g6) Paranüsse (g7) Pistazien (g8) Macadamianüsse (g9) Queenslandnüsse; (h) Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse; (i) Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse; (j) Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse; (k) Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr als 10 mg/kg oder 10 mg/l; (l) Lupinen und daraus gewonnene Erzeugnisse; (m) Weichtiere (wie Schnecken, Muscheln, Tintenfische) und daraus gewonnene Erzeugnisse; (n) Rind; (o) Schwein; (p) Lamm / Schaf; (q) Geflügel; (r) Fisch und daraus gewonnene Erzeugnisse

MO

DI

MI

DO

FR