

Speiseplan



IGS Kastell Wiesbaden
vom 09.09.2024 bis 13.09.2024, 37. KW

Montag



Fischfilet (Wildfang) mit Cornflakes-Käsekruste dazu Tomatensauce und Reis oder einer anderen Beilage nach Wahl

Allergene und BE: Mexican Baked Fisch (Auflauf) (8, 5); 0,42 BE / 100g || Tomatensauce : 0,44 BE / 100g



Zucchini mit Cornflakes-Käsekruste dazu Tomatensauce und Reis oder einer anderen Beilage nach Wahl

Allergene und BE: Mexican Baked Zucchini (Auflauf) (8); 0,58 BE / 100g || Tomatensauce : 0,44 BE / 100g

Am Buffet

Salatauswahl, Pizza und Pasta im Wechsel, Wok, Dessert

Dienstag



Köttbullar mit hellbrauner Sauce dazu Broccoligemüse und Beilage nach Wahl

Allergene und BE: Köttbullar Geflügel 80 St. á 35g (11, 2d, 2a); 0,53 BE / 100g || Hellbraune Sauce (8, 10); 0,33 BE / 100g || Broccoligemüse (8); 0,29 BE / 100g



Vegetarische Bällchen mit Tomatendipp dazu Broccoligemüse und Beilage nach Wahl

Allergene und BE: Linsen-Hirse-Bällchen ca. 20g (2d, 2a); 1,83 BE / 100g || Tomatendipp : 1,2 BE / 100g || Broccoligemüse (8); 0,29 BE / 100g

Am Buffet

Salatauswahl, Pizza und Pasta im Wechsel, Wok, Dessert

Mittwoch



Hokkaido-Kürbiscremesuppe dazu geröstetes Baguette

Allergene und BE: Kürbiscremesuppe mit Kartoffeln (8); 0,6 BE / 100g || Brötchen, Baguette- (2a, 2e); 4 BE / 1 St

Am Buffet

Salatauswahl, Pizza und Pasta im Wechsel, Wok, Dessert

Donnerstag



Zucker-Maiskolben mit zerlassener Butter, Kartoffelwedges und Salat vom Buffet

Allergene und BE: Zuckermaiskolben ; 0,5 BE / 1 St || Kartoffelwedges ; 1,22 BE / 100g || Ketchup ; 2 BE / 100g || Butter (8); 0 BE / 100g



Überbackener Pfannkuchen mit Gemüsefüllung dazu einen Tomatendipp und Salat vom Buffet

Allergene und BE: Pfannkuchen, herzhaft TK (4, 8, 2a); 3 BE / 100g || Tomatendipp ; 1,25 BE / 100g || Gemüsefüllung für Pfannkuchen ; 0,4 BE / 100g || Käse, gerieben (8); 0 BE / 100g

Am Buffet

Salatauswahl, Pizza und Pasta im Wechsel, Wok, Dessert

Freitag



Hot Dog (Geflügel) zum selber bauen dazu Dukaten-Pommes aus dem Ofen

Allergene und BE: Wiener, Geflügel : 0 BE / 1 St || Mayonnaise (4, 11); 0 BE / 100g || Gewürzgurke, Scheibe 5 mm : 0 BE / 100g || Bratkartoffeln ; 1,83 BE / 100g || Ketchup : 2 BE / 100g || Hot-Dog-Brötchen, 30 St. im Beutel (2a); 2,1 BE / 1 St || Röstzwiebeln, knusprige : 0 BE / 100g



Hot Dog (vegetarisch) dazu Dukaten-Pommes aus dem Ofen

Allergene und BE: Wiener, Tofu (7, 2d, 2a); 0,4 BE / 1 St || Mayonnaise (4, 11); 0 BE / 100g || Gewürzgurke, Scheibe 5 mm : 0 BE / 100g || Bratkartoffeln ; 1,83 BE / 100g || Ketchup : 2 BE / 100g || Hot-Dog-Brötchen, 30 St. im Beutel (2a); 2,1 BE / 1 St || Röstzwiebeln, knusprige : 0 BE / 100g

Am Buffet

Salatauswahl, Pizza und Pasta im Wechsel, Wok, Dessert

In der kalten Jahreszeit gibt es auch noch eine heiße Suppe.

Das Tagesgericht kann variieren und ist pro Person täglich auf eine Portion begrenzt.

Änderungen vorbehalten. Der Plan im Netz: www.biond.de/sp/igs-kastell



Alle Lebensmittel stammen aus ökologischer Erzeugung. Ausnahme: Fisch stammt grundsätzlich aus Wildfang. | Inhaltsstoffe und Allergene: (2a) Gluten-Weizen, (2b) Gluten-Roggen, (2c) Gluten-Gerste, (2d) Gluten-Hafer, (2e) Gluten-Dinkel, (2f) Gluten-Kamut, (3) Krebstiere, (4) Ei, (5) Fisch, (6) Erdnüsse, (7) Soja, (8) Milch/Laktose, (9a) Haselnuss, (9b) Walnuss, (9c) Mandel, (9d) Cashewnuss, (9e) Pistazie, (10) Sellerie, (11) Senf, (12) Sesam, (13) Schwefeldioxid/Sulfide, (14) Lupinen. Bitte beachten: Gluten, Erdnüsse und Schalenfrüchte können immer in Spuren enthalten sein. Details: www.biond.de/daten/allergene.pdf | DE-ÖKO-007 | biond GmbH | Otto-Hahn-Str. 5 | 34123 Kassel | geniessen@biond.de | Tel. 0561/500 456-10