

# Freie Waldorfschule Kaltenkirchen

Speiseplan vom 15.12. – 18.12.2025

(Änderungen vorbehalten)

Montag	Spätzle mit Gemüse und Pilzrahmsauce A, B, K
Dienstag	Geflügelleberkäse veg. Bratwurst mit Sauerkraut und Kartoffelstampf A, B, 2
Mittwoch	Maccaroni - Lachs/Spinat-Auflauf & Lasagne... und hinterher Milchreis mit Zimt & Zucker A, B, K
Donnerstag	Kein Verkaufsbetrieb!

Guten Appetit und bis nächstes Jahr 🎄

## Zusatzstoffe (1-18) und Allergene (A-N)

1 mit Farbstoff - 2 mit Konservierungsstoff - 3 mit Nitritpökelsalz - 4 mit Nitrat - 5 mit Antioxidationsmitteln  
- 6 enthält gentechnisch veränderte Organismen - 7 mit Geschmacksverstärker - 8 geschwefelt - 9  
geschwärzt - 10 gewachst - 11 mit Phosphat - 12 mit Süßungsmittel(n) - 13 enthält eine Phenylalaninquelle  
- 14 kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken - 15 chininhaltig - 16 koffeinhaltig - 17 bestrahlt - 18  
enthält Emulgator - A glutenhaltiges Getreide und daraus gewonnene Erzeugnisse - B Milch und  
Milcherzeugnisse - C Eier und Eierzeugnisse - D Fisch und Fischerzeugnisse - E Erdnuss und  
Erdnusserzeugnisse - F Krebstiere und Krebserzeugnisse - G Lupinen und daraus gewonnene Erzeugnisse -  
H Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse - I Soja und Sojaerzeugnisse - J Schalenfrüchte und  
daraus gewonnene Erzeugnisse - K Sellerie und Sellerieerzeugnisse - L Senf und Senferzeugnisse - M  
Senfsamensamen und Senfsamensamenerzeugnisse - N Schwefeldioxid und Sulfite