Freie Waldorfschule Kaltenkirchen

Speiseplan vom 02.11 – 06.11.2026

(Änderungen vorbehalten)

Montag	Paprika-Zwiebel-Geschnetzeltes vom Huhn „Gyros-Style“ mit Basmatireis B, K
Dienstag	Spagetti in Knoblauchbutter und Kürbis Aus dem Ofen A, B
Mittwoch	Chili sin Carne mit Chili-Schmand und Dinkelbaquette A, B, 2
Donnerstag	Fischfilet mit Currykartoffeln, Rohkostsalat A, B, 2
Freitag	Kartoffelstampf mit Spiegelei & Gemüse A, B, C

Es steht immer ein leckerer ‚Nachtisch zur Verfügung. (0,80€)

Guten Appetit 😋

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 Eiererzeugnisse - **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** Senfsamsamen und Senfsamsamenerzeugnisse - **N** Schwefeldioxid und Sulfite