









Bio & mehr

Gelehrten Schule des Johanneums

Regional

Die Menülinie mit dem DGE-Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Schulverpflegung“

und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) zertifiziert. **FRISCHE AUS DER REGION**

18 Woche	 Gesund und Lecker Nahrung für die Konzentration	Pasta Asciutta	Mixed dir deinen Fitnesssalat selbst
Montag	Eierpfannkuchen A,C, G mit hausgemachtem Apfelmus, Chinakohl mit Joghurtdressing, G,  Kiwi	Bio-Spirelli mit Bolognese Sauce oder Schnittlauchsauce A,I	Möhren-Apfelsalat Vollkorn-Getreidesalat Eisbergsalat, Tomatenwürfel, Paprikawürfel, Gurkenwürfel, French Dressing oder Vinaigrette
Dienstag	Backfisch A,C,D mit Kartoffelstampf und frischem Dill-Gurkensalat  Apfel	Bio-Makkaroni mit Käsesauce oder Tomatensauce A,G	Rotkrautsalat Eisbergsalat, Tomatenwürfel, Paprikawürfel, Gurkenwürfel, Kräuterdressing mit Schmand oder Vinaigrette
Mittwoch	Blumenkohl Käse Bratling A, C, G mit Salzkartoffeln und Schnittlauchsauce Tomatensalat  Zitronen – Quarkspeise G	Bio-Farfalle mit Tomatensauce oder Kräutersauce	Couscous Salat, Weißkohlsalat Eisbergsalat, Tomatenwürfel, Paprikawürfel, Gurkenwürfel, Thousand-Island-Dressing oder Vinaigrette
Donnerstag	Putengeschnetzeltes mit Erbsengemüse in Kräutersauce und Kartoffeln A,C,G,J,  Schokoladencreme mit Vanillesauce, A,G	Bio-Penne mit Carbonarasauce oder Spinatsauce	Rotkrautsalat Eisbergsalat, Tomatenwürfel, Paprikawürfel, Gurkenwürfel, Kräuterdressing mit Schmand oder Vinaigrette
Freitag	Tomatensuppe mit Vollkornbrot A, G, I Karottensalat  Madarinen-Quark	Bio-Spirelli mit Paprikasauce oder Käsesauce	Salat des Tages Eisbergsalat, Tomatenwürfel, Paprikawürfel, Gurkenwürfel, Cocktail Dressing oder Vinaigrette

* enthaltene Allergene sind unserem Aushang zur Allergenkennzeichnung zu entnehmen

In unseren Speisen können Spuren von Allergenen enthalten sein!

Kartoffeln*, Nudeln*, Reis*, Getreide*, Milch*, Quark*, Natur-Joghurt*, Eier*, Gemüse*, Obst* . Aus kontrolliert-biologischem Anbau DE-ÖKO-003



Legende:  = Vegetarisch  = Geflügel  = Fisch  = Rind