








Bio & mehr

Gelehrtschule des Johanneums

Die Menülinien mit dem DGE-Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Schulverpflegung“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) zertifiziert

Rebional

GESUNDE FRISCHE AUS DER REGION

21 Woche	Gesund und Lecker Nahrung für die Konzentration	Pasta Asciutta		Mixed dir deinen Fitnesssalat selbst
Montag				
Dienstag	Vegetarische Schupfnudelpfanne mit Rahmsoße und Beilagensalat ^{A,C,G,I}  Banane	Bio-Makkaroni ^{A,C} mit Käsesauce ^{1,5,6} oder Tomatensauce		Rotkrautsalat Eisbergsalat, Tomatenwürfel, Paprikawürfel, Gurkenwürfel, Kräuterdressing mit Schmand oder Vinaigrette
Mittwoch	Erbsensuppe mit Sellerie, Karotten, Lauch und Kartoffeln dazu Vollkornbrot ^{A,C}  Apfel-Bio-Quarkspeise ^G	Bio-Farfalle ^{A,C} mit Tomatensauce oder Kräutersauce ^{G,A}		Couscous Salat, Weißkohlsalat Eisbergsalat, Tomatenwürfel, Paprikawürfel, Gurkenwürfel, Thousand-Island-Dressing ^{C, J,A, 1, 11} oder Vinaigrette
Donnerstag	Putengulasch mit Bio-Möhren und Zucchini dazu Bio-Kräuterreis  Bio-Joghurt mit Erdbeersauce	Bio-Penne ^{A,C} mit Carbonarasauce ^{1,2,3} oder Spinatsauce ^{G,A}		Rotkrautsalat Eisbergsalat, Tomatenwürfel, Paprikawürfel, Gurkenwürfel, Kräuterdressing mit Schmand oder Vinaigrette
Freitag	Milchreis ^G mit heißen Kirschen und Zimt und Zucker  Kiwi	Bio-Spirelli ^{A,C} mit Paprikasauce oder Käsesauce ^{1,5,6}		Salat des Tages Eisbergsalat, Tomatenwürfel, Paprikawürfel, Gurkenwürfel, Cocktail Dressing ^{C, J,A, 1, 11} oder Vinaigrette

Änderungen vorbehalten! Unser gesamtes Speisenangebot ist schweinefleischfrei.

Mit 1 Konservierungsstoffen, 2 Antioxidationsmittel, 3 Süßungsmittel, 4 Phosphat, 5 Farbstoff, 6 geschwefelt, 7 Nitritpökelsalz, 8 Geschmacksverstärker

Enthält: A Gluten, B Krebstiere, C Ei, D Fische, E Erdnüsse, F Soja, G Milch/-produkte, H Schalenfrüchte (Nüsse), I Sellerie, J Senf, K Sesam, L Schwefeldioxid und Sulfid, M Lupine, N

Weichtiere * enthaltene Allergene sind unserem Aushang zur Allergenkennzeichnung zu entnehmen. In unseren Speisen können Spuren von Allergenen enthalten sein. **Zusatzstoffe**

1 - mit Farbstoff, 2 - mit Konservierungsstoff, 3 - mit Antioxidationsmittel, 4 - mit Geschmacksverstärker, 5 - geschwefelt, 6 - geschwärzt, 7 - mit Phosphat, 8 - mit Milcheiweiß, 9 - coffeinhaltig, 10 - chininhaltig, 11 - mit Süßungsmittel, 12 - enth. eine Phenylaninquelle, 13 - gewachst.

Wir verwenden ausschließlich Kartoffeln, Nudeln, Reis, Milch. Aus kontrolliert-biologischem Anbau DE-ÖKO-003

Legende:  = Vegetarisch  = Geflügel  = Fisch  = Rind

