






Gelehrten Schule des Johanneums



06 Woche	Gesund und Lecker Nahrung für die Konzentration	Pasta Asciutta	Mixed dir deinen Fitnesssalat selbst
Montag 04.02.2019	Rote Linsensuppe ¹ mit Kartoffel, Möhren und Tomaten dazu Vollkornbrot ^{Aa}  Birne	Spirelli ^{Aa} mit Bolognese Sauce ^{Aa, Ac, I, F} oder Schnittlauchsauce ^G	Frische und saisonale Marktsalate Mit Dressing
Dienstag 05.02.2019	Milchreis ^G dazu hausgemachter Kirschkompott  Rohkost vom Buffet	Makkaroni ^{Aa} mit Käsesauce ^{1,5,G} oder Tomatensauce	Frische und saisonale Marktsalate Mit Dressing
Mittwoch 06.02.2019	Hühnerfrikassee ^G in Bechamelsauce dazu Curryreis  Joghurt mit Müsli ^{G, Aa, Ab, Ac, Ad}	Farfalle ^{Aa} mit Tomatensauce oder Kräutersauce ^G	Frische und saisonale Marktsalate Mit Dressing
Donnerstag 07.02.2019	Gedünstete Seelachsfilet ^C dazu Kräutersauce ^{Aa, G} , Brokkoligemüse und Kartoffeln  Banane	Penne ^{Aa} mit Carbonarasauce ^{1,2,3} oder Spinatsauce ^G	Frische und saisonale Marktsalate Mit Dressing
Freitag 08.02.2019	Kartoffelpuffer ^{3, Aa, C} dazu Apfelmus Und Gurken-Sticks 	Spirelli ^{Aa} mit Paprikasauce oder Käsesauce ^{1,5,G}	Frische und saisonale Marktsalate Mit Dressing

Änderungen vorbehalten! Unser gesamtes Speisenangebot ist schweinefleischfrei.

Enthält: A Gluten [Aa Weizen, Ab Roggen, Ac Gerste, Ad Hafer, Ae Dinkel, Af Kamut], B Krebstiere, C Ei, D Fische, E Erdnüsse, F Soja, G Milch/-produkte, H Schalenfrüchte [Ha Mandeln, Hb Haselnuss, Hc Walnuss, Hd Cashew- Nuss, He Pecanuss, Hf Paranuss, Hg Pistazie, Hh Macademia-Queenslandnuss], I Sellerie, J Senf, K Sesam, L Schwefeldioxid und Sulfit, M Lupine, N Weichtiere * enthaltene Allergene sind unserem Aushang zur Allergenkezeichnung 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 Phenylalaninquelle, 13 - gewachst.

Legende:  = Vegetarisch  = Geflügel  = Fisch  = Rind