






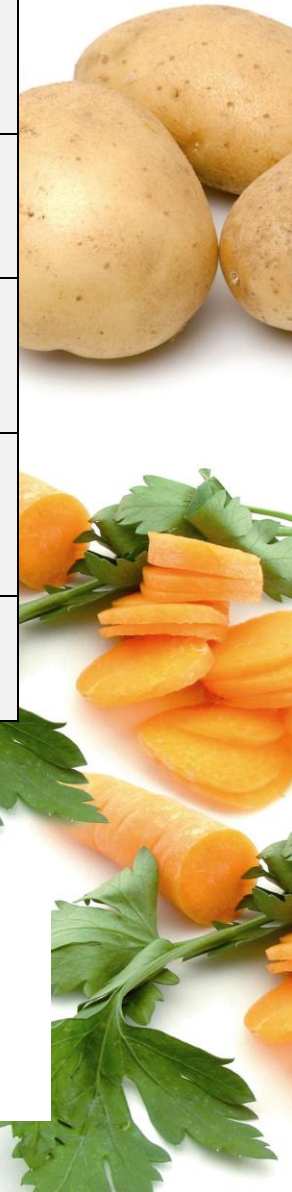
Gelehrten Schule des Johanneums



Regional

DER REGION

08 Woche	Gesund und Lecker <i>Nahrung für die Konzentration</i>	Pasta Asciutta	Mixed dir deinen Fitnesssalat selbst
Montag 18.02.2019	Gemüse Tortilla ^C mit Champignons, Kartoffeln und Zwiebeln  Birne	Spirelli ^{Aa} mit Bolognese Sauce ^{Aa, Ac, I, F} oder Schnittlauchsauce ^G	Salatauswahl vom Markt Mit Dressing
Dienstag 19.02.2019	Makkaroni dazu Lachs ^D - Spinat-Käsesauce  Joghurt ^G mit Vanillegeschmack	Makkaroni ^{Aa} mit Käsesauce ^{1,5,G} oder Tomatensauce	Salatauswahl vom Markt Mit Dressing
Mittwoch 20.02.2019	Fleischklößchen ^{Aa} in Kräutersauce ^G dazu Rote Beete Salat und Reis  Pflaume	Farfalle ^{Aa} mit Tomatensauce oder Kräutersauce ^G	Salatauswahl vom Markt Mit Dressing
Donnerstag 21.02.2019	Bunte Kartoffelsuppe ^G mit Sellerie ^I , Erbsen dazu Vollkornbrot ^{Aa, Ab, Ac, Ad, K} Schokopudding ^G 	Penne ^{Aa} mit Carbonarasauce ^{1,2,3} oder Spinatsauce ^G	Salatauswahl vom Markt Mit Dressing
Freitag 22.02.2019	Vollkornpenne ^{Aa,C} mit Paprikasauce  Apfel	Spirelli ^{Aa} mit Paprikasauce oder Käsesauce ^{1,5,G}	Salatauswahl vom Markt 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 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 Phenylalaninquelle, 13 - gewachst.

Legende:  = Vegetarisch  = Geflügel  = Fisch  = Rind