

Gelehrtschule des Johanneums



Bio & mehr



Regional

GESUNDE ERNÄHRUNG AUS DER REGION

43. Woche	Gesund und Lecker	Pasta	Salat
Montag 19.10.2020	Eierpfannkuchen ^{Aa,C,G} dazu hausgemachter Apfelkompott  Rohkost vom Buffet	Täglich wechselnde Pasta ^{Aa}	Frischer Marktsalat mit Dressing
Dienstag 20.10.2020	Chili con Carne mit Rinderhack dazu Reis  Schokopudding ^G	Täglich wechselnde Pasta ^{Aa}	Frischer Marktsalat mit Dressing
Mittwoch 21.10.2020	Gemüsebratling ^{Aa,Ab,C} dazu Kräutersauce ^G Erbsengemüse und Kartoffel  Obst	Täglich wechselnde Pasta ^{Aa}	Frischer Marktsalat mit Dressing
Donnerstag 22.10.2020	Fischfiguren aus Kabeljau ^{Aa,C, D} dazu Dillsauce ^G , Kohlrabigemüse und Reis  Obst	Täglich wechselnde Pasta ^{Aa}	Frischer Marktsalat mit Dressing
Freitag 23.10.2020	Kartoffel-Broccoli-Gratin ^{G,C}  Obst	Täglich wechselnde Pasta ^{Aa}	Frischer Marktsalat 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 Macadamia-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