





Schule:

**Gelehrtenschule des Johanneums**



KW 50	Montag 7.12.2020	Dienstag 8.12.2020	Mittwoch 9.12.2020	Donnerstag 10.12.2020	Freitag 11.12.2020
<b>Gesund und lecker: Nahrung für die Konzentration</b>	<b>Gemüseschmetterlinge mit Reis dazu Basilikum- Tomatensoße</b> 	<b>Kartoffel- Zucchiniauflauf<sup>C,G</sup> mit Hähnchenbruststreifen und Käse überbacken</b> 	<b>Tortellini<sup>Aa,C</sup> mit Ricotta gefüllt dazu Käse- Lauchsoße<sup>G</sup></b> 	<b>Seelachsfilet<sup>Aa,D,G,C</sup> gebacken dazu Blattspinat und Kartoffeln</b> 	<b>Curry-Wurst-Pfanne mit gelben-Reis</b>
<b>Pasta</b>	<b>Täglich wechselnde Pasta<sup>Aa</sup></b>				
<b>Fitness-Salat</b>	<b>Frische und saisonale Marktsalate mit Dressing</b>				
<b>Dessert</b>	<b>Obst der Saison</b>	<b>Obst der Saison</b>	<b>Vanillepudding<sup>G</sup></b>	<b>Obst der Saison</b>	<b>Apfel-Quark<sup>G</sup></b>

Die Leade der Zusatzstoffe und Alleraene finden Sie auf Seite 2 oder können im Internet einaesehen werden.