



# Schule Am Johannisland

Regional

GESUNDE FRISCHE AUS DER REGION

40. Woche	Gesund und Lecker Nahrung für die Konzentration	Mixe dir deinen Fitnesssalat selbst
Montag 30.09.2019	Chili Sin Carne (Linsen, Möhren, Kartoffeln) Sour Creme <sup>G</sup> und Vollkornbrot <sup>Aa,Ab,Ac,Ad,K</sup>  Kiwi	Frische und saisonale Marktsalate Mit Dressing
Dienstag 01.10.2019	Vollkornpenne <sup>Aa,C</sup> mit Arrabiatasauce  Joghurt <sup>G</sup> mit Vanillegeschmack	Frische und saisonale Marktsalate Mit Dressing
Mittwoch 02.10.2019	Fleischklößchen <sup>Aa</sup> in Kräutersauce <sup>G</sup> dazu Brechbohnen und Reis  Banane	Frische und saisonale Marktsalate Mit Dressing
	<b>Schöne Ferien</b>	

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