



Schule Am Johannisland

Regional

GESUNDE FRISCHE AUS DER REGION

35 Woche	Gesund und Lecker Nahrung für die Konzentration	Mixed dir deinen Fitnesssalat selbst
Montag 27.08.18	Gemüse Tortilla ^C mit Champignons, Bio-Kartoffeln und Zwiebeln  Kiwi	Salatauswahl vom Markt Mit Dressing
Dienstag 28.08.18	Fischragout(Lachswürfel) in Tomatensauce dazu Spinat und Bio-Kartoffeln  Joghurt ^G mit Vanillegeschmack ^G	Salatauswahl vom Markt Mit Dressing
Mittwoch 29.08.18	Fleischklößchen in Kräutersauce ^G dazu Rote Beete Salat und Bio-Reis  Pflaume	Salatauswahl vom Markt Mit Dressing
Donnerstag 30.08.18	Bunte Bio-Kartoffelsuppe ^G mit Sellerie, Erbsen dazu Vollkornbrot ^A  Schokopudding ^G	Salatauswahl vom Markt Mit Dressing
Freitag 31.08.18	Bio-Vollkornpenne ^{A,C} mit Paprikasauce  Apfel	Salatauswahl vom Markt Mit Dressing

Änderungen vorbehalten! Unser gesamtes Speisenangebot ist schweinefleischfrei.

Mit 1 Konservierungsstoffen, 2 Antioxidationsmittel, 3 Süßungsmittel, 4 Phosphat, 5 Farbstoff, 6 geschwefelt, 7 Nitritpökelsalz, 8 Geschmacksverstärker

Enthält: A Gluten, B Krebstiere, C Ei, D Fische, E Erdnüsse, F Soja, G Milch/-produkte, H Schalenfrüchte (Nüsse), 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.

Kartoffeln, Nudeln, Reis, Milch. Aus kontrolliert-biologischem Anbau DE-ÖKO-003

Legende:  = Vegetarisch  = Geflügel  = Fisch  = Rind