



Schule Am Johannisland

Regional

GESUNDE FRISCHE AUS DER REGION

37 Woche	Gesund und Lecker Nahrung für die Konzentration	Mixed dir deinen Fitnesssalat selbst
Montag 10.09.18	Rote Linsensuppe mit Bio-Kartoffel, Möhren, Tomaten dazu Vollkornbrot ^A  Birne	Frische und saisonale Marktsalate Mit Dressing
Dienstag 11.09.18	Milchreis ^G dazu hausgemachter Kirschkompott  Rohkost vom Buffet	Frische und saisonale Marktsalate Mit Dressing
Mittwoch 12.09.18	Offenfrische Putenbraten dazu bunte Paprikagemüse und Spätzle ^C  Bio-Joghurt mit Müsli ^{G,A}	Frische und saisonale Marktsalate Mit Dressing
Donnerstag 13.09.18	Gedünstete Seelachsfilet dazu Kräutersauce ^{A,G} , Brokkoligemüse und Bio-Kartoffeln 	Frische und saisonale Marktsalate Mit Dressing
Freitag 14.09.18	Kartoffelpuffer ^{3,C} dazu Apfelmus Und Gurken-Sticks 	Frische und saisonale Marktsalate 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 - koffeinhaltig, 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