"Was gibt´s zu essen?"

JACOB-ELLROD-SCHULE
Evang. Ganztagsrealschule Gefrees

in der Woche vom 07.07.2025 - 11.07.2025

	Unser Mittagessen	Unser Mittagessen -fleischfrei-
Mo	**Hähnchenpfanne "Tikka-Massala Art "** in pikanter Tomatensoße (F, G) Reis und Salat (!) Hähnchen	**Bunte Gemüsepfanne** (G) mit Salat (!)
Di	**Rühreier** (C, G) mit **Rahmspinat** (G) und Kartoffeln Fruchtjoghurt (G)	**Rühreier** (C, G) mit **Rahmspinat** (G) und Kartoffeln Fruchtjoghurt (G)
Mi	Salatvariation (!) **Reibekuchen** (C) mit Apfelmus (2)	Salatvariation (!) **Reibekuchen** (C) mit Apfelmus (2)
Do	**"Penne Al Forno"** *(mit Rinderbolognese Schinken und Salami)* dazu Gemüse überbacken (AW, C, G, I) mit Salat (!) Rind /Schwein	**Penne** mit Käsesahnesoße überbacken (AW, C, G) dazu Salat (!)
Fr	**Camembert gebacken** (AW, C, G) mit Preiselbeeren und Baguette (AW) dazu Salat (!)	**Camembert gebacken** (AW, C, G) mit Preiselbeeren und Baguette (AW) dazu Salat (!)

#

Zusatzstoffe und Allergene (Änderungen vorbehalten):

1) Farbstoff, 2) Konservierungsmittel, 3) Süßungsmittel, 4) Phosphat, 5) Antioxidationsmittel, 6) Geschmacksverstärker, 7) gewachst, 8) geschwärzt, 9) geschwefelt, 10) enthält Pheylalaninquelle,
11) coffeinhaltig.

(AW) Weizen, (AR) Roggen, (AG) Gerste, (AD) Dinkel, (AK) Khorasan-Weizen, (AH) Hafer, (B) Krebstiere, (C) Eier, (D) Fisch, (E) Erdnüsse, (F) Soja, (G) Milch einschließlich Laktose, (HA) Mandeln, (HB) Haselnüsse, (HC) Walnüsse, (HD) Kaschunüsse, (HE) Pecannüsse, (HF) Paranüsse, (HG) Pistazien, (HH) Macadamianüsse, (HI) Queenslandnüsse, (I) Sellerie, (J) Senf, (K) Sesamsamen, (L) Schwefeldioxid und Sulfite, (M) Süßlupine, (N) Weichtiere.