



JACOB-ELLROD-SCHULE  
Evang. Ganztagsrealschule Gefrees

## "Was gibt's zu essen?"

in der Woche vom 12.01.2026 - 16.01.2026

|    | Unser Mittagessen   | Unser Mittagessen<br>-fleischfrei-  |
|----|---|---|
| Mo | <b>Rindergulasch</b> <sup>(G)</sup><br>mit Nudeln <sup>(AW, C)</sup><br>und Salat <sup>(!)</sup><br>Rind                | <b>Gemüsegulasch</b> <sup>(G)</sup><br>mit Nudeln <sup>(AW, C)</sup><br>und Salat <sup>(!)</sup>                                  |
| Di | <b>Gebackene Kartoffeln</b><br>mit <b>Kräuterquark</b> <sup>(G)</sup><br>und Salat <sup>(!)</sup>                       | <b>Gebackene Kartoffeln</b><br>mit <b>Kräuterquark</b> <sup>(G)</sup><br>und Salat <sup>(!)</sup>                                 |
| Mi | Pfannkuchensuppe <sup>(AW, C, G)</sup><br><b>Apfelküchle</b> <sup>(AW, C, G)</sup><br>mit Vanillesoße <sup>(G, 1)</sup> | Pfannkuchensuppe <sup>(AW, C, G)</sup><br><b>Apfelküchle</b> <sup>(AW, C, G)</sup><br>mit Vanillesoße <sup>(G, 1)</sup>           |
| Do | <b>Tortellini "Napoli"</b><br>mit fruchtiger Tomatensoße <sup>(AW, C, G, J)</sup><br>dazu Salat <sup>(!)</sup><br>Rind  | <b>Tortellini</b><br>mit <b>Käsefüllung</b> <sup>(AW, C, G, I, J)</sup><br>Tomatensoße <sup>(G)</sup><br>und Salat <sup>(!)</sup> |
| Fr | <b>Gulaschsuppe</b> <sup>(G)</sup><br>mit Fladenbrot <sup>(AW)</sup><br>Rind  | <b>Gemüsesuppe</b> <sup>(G)</sup><br>mit Baguette <sup>(AW)</sup>   |

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.