"Was gibt´s zu essen?"

JACOB-ELLROD-SCHULE
Evang. Ganztagsrealschule Gefrees

in der Woche vom 12.10.2026 - 16.10.2026

	Unser Mittagessen	Unser Mittagessen -fleischfrei-
Mo	Hähnchenpfanne in Paprika-Frischkäsesoße (G) dazu Reis und Salat (!) Pudding (1, G) Hähnchen	Gemüsecurry (G) mit Reis und Salat (!) Pudding (1, G)
Di	Wunschessen 5.Klasse Käsespätzle (AW, C, G) mit Tomatensoße (G) und Salat (!) Apfel-Crumble (AW, G)	Käsespätzle (AW, C, G) mit Tomatensoße (G) und Salat (!) Apfel-Crumble (AW, G)
Mi	"Burrito" Wrap (AW) mit Hack-Gemüsefüllung (G) zum selberfüllen dazu Knoblauchdip (G) und Salat (!) Rind/Schwein	"Burrito" Wrap (AW) mit Soja-Gemüsefüllung (AW, F, G) zum selberfüllen dazu Knoblauchdip (G) und Salat (!)
Do	Rahmbraten mit Kloß (AW) und Salat (!) Schwein	Grünkernbratlinge (AW, C, G, I) mit Rahmsoße (G) und Salat (!)
Fr	Asiatische Nudelpfanne mit Hähnchenstreifen und Gemüse (AW, F) dazu Salat (!) Hähnchen	Asiatische Nudelpfanne mit Gemüse (AW, F) 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 Phenylalaninquelle,
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.