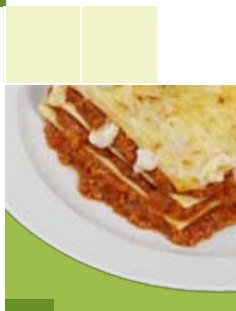


Speiseplan Johanna-Gerdes-Grundschule 06.01. - 12.01.



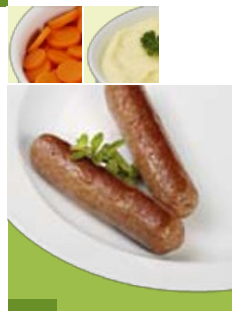
Montag



Bio Lasagne Bolognese;
mit Rindfleisch G, G1, M, Me, La, S
Dessert oder
Knabbergemüse



Donnerstag



Bio Rindsbratwürstchen Sn
Bio Möhrenscheiben
"Natur"
Bio Stampfkartoffeln M, Me, La
Dessert oder
Knabbergemüse

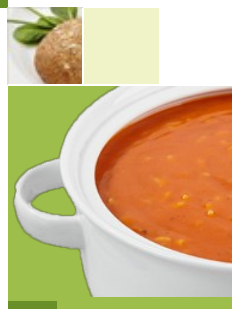


Dienstag



Bio Rührei Ei, M, Me, La
Bio Blattspinat G, G1, M, Me, La
Bio Salzkartoffeln
Dessert oder
Knabbergemüse

Freitag



Bio Tomatensuppe; mit
Reis G, G1
Bio
Weizenvollkornbrötchen
G, G1, G3, G5, (E), (Sb), (M), (Me), (La), (Sf), (Se), Lp
Dessert oder
Knabbergemüse

Mittwoch



Knusperfilet; vom Alaska-
Seelachs (aus nachhaltiger
Fischwirtschaft) mit Senf-
Honig-Füllung (aus Blöcken
portioniert) G, G1, Fi, M, Me, La, Sn
Bio Möhrenscheiben "Natur"
Bio Stampfkartoffeln M, Me, La
Dessert oder Knabbergemüse



Guten
Appetit!

Speiseplan Johanna-Gerdes-Grundschule 13.01. - 19.01.

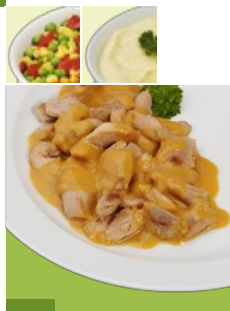


Montag



Überraschungsalternative
Bio Reibekuchen
"Hausfrauen Art" Ei 3
Bio-Apfelmus
Dessert oder
Knabbergemüse

Donnerstag



Bio
Hähnchenrahmgescnetzeltes
M, Me, La, S
Bio Gemüse-Mix "Ampel"
"Natur"
Bio Stampfkartoffeln M, Me, La
Dessert oder
Knabbergemüse



Dienstag



Bio Tortelloni mit
Rindfleischfüllung G, G1, Ei, M, Me, La
Bio Tomatensoße G, G1, M, Me, La, S
Dessert oder
Knabbergemüse



Freitag



Bio
Gemüseerbseneintopf G, G1, M, Me, La, S
Bio Roggenbrötchen
Vollkorn G, G2, G5, (Ei), (E), (Sb), (M), (Me), (La), (Sf), (S), (Sn), (Se)
Dessert oder
Knabbergemüse

Mittwoch



Alaska-Seelachs (aus
nachhaltiger
Fischwirtschaft); in
Dillcremesoße G, G1, Fi, M, Me, La, S
Bio Brokkoli "Natur"
Bio Langkornreis
Dessert oder
Knabbergemüse



Guten
Appetit!

Speiseplan Johanna-Gerdes-Grundschule 20.01. - 26.01.



Montag



Bio Vollkorn Penne G, G1
Bio Tomaten-Mozzarella-
Soße G, G1, M, Me, La
Dessert oder
Knabbergemüse

Donnerstag



Knusprig paniierter
Dorsch; aus nachhaltiger
Fischwirtschaft G, G1, Fi
Bio Tomatensoße G, G1, M,
Me, La, S
Bio Langkornreis
Dessert oder
Knabbergemüse



Dienstag



Bio Gemüsegratin G, G1, M,
Me, La, S
Dessert oder
Knabbergemüse

Freitag



Bio Kartoffel-Möhren-
Eintopf s
Bio Roggenbrötchen
Vollkorn G, G2, G5, (Ei), (E), (Sb), (M), (Me)
, (La), (Sf), (S), (Sn), (Se)
Dessert oder
Knabbergemüse

Mittwoch



Bio
Hähnchenunterkeulen
Bio Paprikarahmsoße G,
G1, M, Me, La, S
Bio Reis-Gemüse-Pfanne;
"vegetarisch"
Dessert oder
Knabbergemüse



Guten
Appetit!

Speiseplan Johanna-Gerdes-Grundschule 27.01. - 31.01.

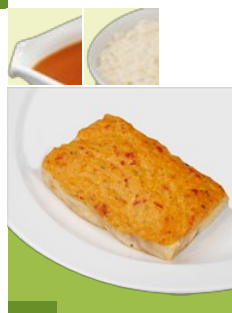


Montag



Bio Tortelloni mit
Tomate-
Mozzarellafüllung G, G1, Ei, M
, Me, La
Bio Käsesoße G, G1, M, Me, La, S
Dessert oder
Knabbergemüse

Donnerstag



Schlemmerfilet "Toskana
Art"; vom Alaska-Seelachs;
aus nachhaltiger
Fischwirtschaft, (aus
Blöcken portioniert) Fi, M, Me,
La, S
Bio Tomatensoße G, G1, M, Me,
La, S
Bio Langkornreis
Dessert oder
Knabbergemüse



Dienstag



Bio Rindfleischfrikadelle
Bio Gemüse-Mix "Ampel"
"Natur"
Bio Kartoffelgratin G, G1, M,
Me, La, S
Dessert oder
Knabbergemüse



Freitag



Bio
Buchstabennudeltopf;
mit Geflügelfleisch G, G1, S
Bio
Weizenvollkornbrötchen
G, G1, G3, G5, (E), (Sb), (M), (Me), (La), (Sf), (Se), Lp
Dessert oder
Knabbergemüse



Mittwoch



Bio Huhnfleisch in
Kräutersoße G, G1, M, Me, La, S
Bio Erbsen "Natur"
Bio Salzkartoffeln
Dessert oder
Knabbergemüse



Guten
Appetit!

Legende

	Alkohol	E	Erdnüsse
	Fisch	Ei	Eier
	Geflügelfleisch	Fi	Fisch
	Rindfleisch	G	Gluten
	Schweinefleisch	G1	Weizen
	vegetarisch	G2	Roggen
		G3	Gerste
		G4	Hafer
		G5	Dinkel
		G6	Kamut
		K	Krebstiere
		La	Laktose
		Lp	Lupinen
		M	Milch
		Me	Milcheiweiß
		S	Sellerie
		Sb	Soja
		Sd	Schwefeldioxid
		Se	Sesam
		Sf	Schalenfrüchte
		Sf1	Mandeln
		Sf2	Haselnüsse
		Sf3	Walnüsse
		Sf4	Kaschunüsse
		Sf5	Pecannüsse
		Sf6	Paranüsse
		Sf7	Pistazien
		Sf8	Macadamia-/Queenslandnüsse
		Sn	Senf
		W	Weichtiere
01	Farbstoff		
02	Konservierungsmittel		
03	Antioxidationsmittel		
04	Geschmacksverstärker		
05	geschwefelt		
06	geschwärzt		
07	gewachst		
08	Phosphat		
09	Süßungsmittel		
10	Zuckerart und Süßungsmittel		
11	enth. eine Phenylalaninquelle		
12	kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken		
13	Milcheiweiß (im Fleischerzeugnis)		
14	Eiklar (im Fleischerzeugnis)		
15	unter Verwendung von Milch (im Fleischerzeugnis)		
16	unter Verwendung von Sahne (im Fleischerzeugnis)		
17	Pflanzeneiweiß (im Fleischerzeugnis)		
18	Stärke (im Fleischerzeugnis)		
19	koffeinhaltig		
20	Nitritpökelsalz		
()	Kann Spuren enthalten von...		