



Schule ReBBZ

Regional

GESUNDE FRISCHE AUS DER REGION

Die Menülinie mit dem DGE-Logo  entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Schulverpflegung“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) zertifiziert

12. Woche	 Gesund und Lecker <i>Nahrung für die Konzentration</i>	Mixe dir deinen Fitnesssalat selbst
Montag 16.03.2020	Köfte ^C dazu Krautsalat, Tzaziki ^G und Gemüse-Bio-Reis -  Obst	Büffetangebot: Möhren-Apfelsalat Vollkorn-Getreidesalat ^{Aa, Ab, Ac, Ad, K} Eisbergsalat, Tomatenwürfel, Paprikawürfel, Gurkenwürfel, Joghurtdressing ^G , hochwertige Essig und Öle
<i>Nährwerte</i>	Kcal 419,8. F 16,8g. GF 5,9g. KH 61,8g. Z 20,1g. E 12,8g. S 2,2g	
Dienstag 17.03.2020	Fischfilet ^D dazu Brokkoligemüse und Bio-Kartoffel Pflaumenkompott	Büffetangebot: Rotkrautsalat Eisbergsalat, Tomatenwürfel, Paprikawürfel, Gurkenwürfel, Joghurtdressing ^G , hochwertige Essig und Öle
<i>Nährwerte</i>	Kcal 417,2. F 18,8g. GF 6,3g. KH 43,7g. Z 13,2g. E 24,0g. S 1,4g	
Mittwoch 18.03.2020	Bio-Nudel-Gemüseauflauf ^{Aa,G} mit Zucchini, Paprika, <Tomaten und Käsesauce ^G  Joghurt ^G mit Vanillegeschmack	Büffetangebot: Couscous Salat , Eisbergsalat, Tomatenwürfel, Paprikawürfel, Gurkenwürfel, Joghurtdressing ^G , hochwertige Essig und Öle
<i>Nährwerte</i>	Kcal 490,0. F 15,6g. GF 7,8g. KH.76,7g. Z 7,1g. E 16,9g. S 1,1g	
Donnerstag 19.03.2020	Rührei ^{G,C} mit Rahmspinat ^G und Bio-Kartoffel  Schokopudding ^G	Büffetangebot: , Weißkohlsalat Eisbergsalat, Tomatenwürfel, Paprikawürfel, Gurkenwürfel, Joghurtdressing ^G , hochwertige Essig und Öle
<i>Nährwerte</i>	Kcal 421,5. F 16,0g. GF 4,2g. KH 52,4g. Z 11,4g. E 20,2g. S 1,6g	
Freitag 20.03.2020	Gemüsesuppe mit Bio-Kartoffel dazu Vollkornbrot ^{Aa,Ac,F,G,K}  Obst	Büffetangebot: Thunfischsalat ^D , Eisbergsalat, Tomatenwürfel, Paprikawürfel, Gurkenwürfel, Joghurtdressing ^G , hochwertige Essig und Öle
<i>Nährwerte</i>	Kcal 466,3. F 14,8. GF 3,9g. KF 78,3g. Z 15,8g. E 23,7g. S 1,3g	

Änderungen vorbehalten! Unser gesamtes Speisenangebot ist schweinefleischfrei.

Enthält: A Gluten [Aa Weizen, Ab Roggen, Ac Gerste, Ad Hafer, Ae Dinkel, Af Kamut], B Krebstiere, C Ei, D Fische, E Erdnüsse, F Soja, G Milch/-produkte, H Schalenfrüchte [Ha Mandeln, Hb Haselnuss, Hc Walnuss, Hd Cashew- Nuss, He Pecanuss, Hf Paranuss, Hg Pistazie, Hh Macadamia-Queenslandnuss], I Sellerie, J Senf, K Sesam, L Schwefeldioxid und Sulfid, M Lupine, N Weichtiere * enthaltene Allergene sind unserem Aushang zur Allergenkezeichnung 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 - coffeinhaltig, 10 - chininhaltig, 11 - mit Süßungsmittel, 12 - enth. eine Phenylalaninquelle, 13 - gewachst. Kartoffeln, Nudeln, Reis. Aus kontrolliert-biologischem Anbau DE-ÖKO-003

Legende:  = Vegetarisch  = Geflügel  = Fisch  = Rind



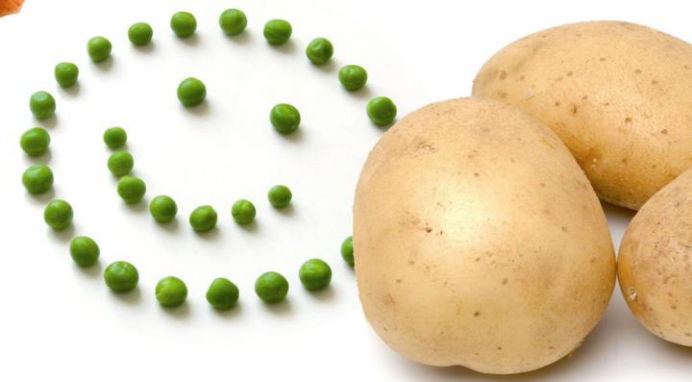


Schule ReBBZ

Die Menülinie mit dem DGE-Logo  entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Schulverpflegung“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) zertifiziert

Regional

GESUNDE FRISCHE AUS DER REGION



Änderungen vorbehalten! Unser gesamtes Speisenangebot ist schweinefleischfrei.

Enthält: A Gluten [Aa Weizen, Ab Roggen, Ac Gerste, Ad Hafer, Ae Dinkel, Af Kamut], B Krebstiere, C Ei, D Fische, E Erdnüsse, F Soja, G Milch/-produkte, H Schalenfrüchte [Ha Mandeln, Hb Haselnuss, Hc Walnuss, Hd Cashew- Nuss, He Pecanuss, Hf Paranuss, Hg Pistazie, Hh Macademia-Queenslandnuss], 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 - coffeinhaltig, 10 - chininhaltig, 11 - mit Süßungsmittel, 12 - enth. eine Phenylalaninquelle, 13 – gewachst. Kartoffeln, Nudeln, Reis. Aus kontrolliert-biologischem Anbau DE-ÖKO-003

Legende:  = Vegetarisch  = Geflügel  = Fisch  = Rind

