



# 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

GESUNDE FRISCHE AUS DER REGION

14 Woche	 <b>Gesund und Lecker</b> Nahrung für die Konzentration	<b>Mixe dir deinen Fitnesssalat selbst</b>
<b>Montag</b> 30.03.2020	Steckrüben-Kohlrabi -Auflauf <sup>G,C</sup> mit Bio-Nudeln  Obst	Büffetangebot: <b>Thunfischsalat</b> <sup>D</sup> Vollkorn-Getreidesalat <sup>Aa, Ab, Ac, Ad, K</sup> Eisbergsalat, Tomatenwürfel, Paprikawürfel, Gurkenwürfel, Joghurtdressing <sup>G</sup> , hochwertige Essig und Öle
<b>Nährwerte</b>	Kcal402,5. F 4,4g. GF 0,6g. KH 70,9g. Z 18,9g. E 13,6g. S 2,7g	
<b>Dienstag</b> 31.03.2020	Hähnchengulasch dazu Möhrengemüse und Bio-Kartoffel  Joghurt mit Müsli <sup>G,Aa,Ab,Ac, Ad</sup>	Büffetangebot: <b>Möhren-Apfelsalat</b> Eisbergsalat, Tomatenwürfel, Paprikawürfel, Gurkenwürfel, Joghurtdressing <sup>G</sup> , hochwertige Essig und Öle
<b>Nährwerte</b>	Kcal 472,8. F 20,8. GF 5,9g. KH 44,5g. Z 10,2g. E 29,4g. S 1,9g	
<b>Mittwoch</b> 01.04.2020	Gedünstete Seelachsfilet <sup>D</sup> dazu Kräutersauce <sup>G</sup> , Kaisergemüse und Bio-Reis   Birnenkompott	Büffetangebot: <b>Couscous Salat</b> , Weißkohlsalat Eisbergsalat, Tomatenwürfel, Paprikawürfel, Gurkenwürfel, Joghurtdressing <sup>G</sup> , hochwertige Essig und Öle
<b>Nährwerte</b>	Kcal 309,0. F 13,6g. GF 4,3g. KH.46,7g. Z 12,1g. E 6,6g. S 1,7	
<b>Donnerstag</b> 02.04.2020	Blumenkohlbratling <sup>Aa,C,G,I</sup> dazu Petersiliensauce <sup>Aa,G</sup> Erbsen und Bio-Kartoffel   Pflaumenkompott	Büffetangebot: <b>Weißkohlsalat</b> Eisbergsalat, Tomatenwürfel, Paprikawürfel, Gurkenwürfel, Joghurtdressing <sup>G</sup> , hochwertige Essig und Öle
<b>Nährwerte</b>	Kcal 504,7. F 18,8g. GF. 4,5g. KF 65,8g. Z 16,7g. E 24,5g. S 1,5g	
<b>Freitag</b> 03.04.2020	Rote -Linsensuppe mit Bio-Kartoffel, Möhren, Tomaten dazu Vollkornbrot <sup>Aa,Ab,Ac,Ad,K</sup> Obst	Büffetangebot: <b>Salat des Tages</b> Eisbergsalat, Tomatenwürfel, Paprikawürfel, Gurkenwürfel, Joghurtdressing <sup>G</sup> , hochwertige Essig und Öle
<b>Nährwerte</b>	Kcal322,5. F 4,4g. GF 0,6g. KH 70,9g. Z 18,9g. E 13,6g. S 2,7g	

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