

Ernst Simons Realschule



| | Montag 28.01.2019 | Dienstag 29.01.2019 | Mittwoch 30.01.2019 | Donnerstag 31.01.2019 | Freitag 01.02.2019 |
|----------------|--|---|--|--------------------------|-----------------------|
| Tagesgericht | Rinderfrikadelle <R> [a, a1, c] mit brauner Soße [a, a1, c, g, i] dazu Stampfkartoffeln [g] und Erbsen | Tomatensuppe mit Reis und Rind < R> [a, a1, i] mit Mehrkornbrötchen [a, a1, a2, a3, a4, k] | Alaska-Seelachs "Mediterran" <F> [d, f], mit heller Cremesoße [g, i] dazu Naturreis und Leipziger Allerlei | | |
| Veggie Gericht | Mini Gemüseravioli in Tomatensoße <V> [a, a1, c] mit Beilagensalat | Pastinaken-Kartoffel-Plätzchen [a, a1, c, g], an Tomatensoße "Italia" <V> [i] mit Couscous [a, a1, i] und Beilagensalat | Italienische Gemüse Lasagne <V> [a, a1, c, g] | | |
| Trendmenü | Fit Pizza Salami-Paprika [a, a1, g] mit Beilagensalat | Vollkorn Penne [a, a1] mit Mini-Geflügelbällchen in Rahmsoße <G> [a, a1, g, i] dazu Salat | Vegane Lahmacun [a, a1, f] mit Kräuterquark [g] und Beilagensalat | | |
| Dessert | Frisches Obst | Frisches Obst | Frisches Obst | | |

Guten Appetit!

Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe und Allergene finden Sie im separaten Aushang

Änderungen vorbehalten