

# Elbinselschule






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

7 Woche	<b>Gesund und Lecker</b> <i>Nahrung für die Konzentration</i> 	<b>Mixed dir deinen Fitnesssalat selbst</b>
<b>Montag</b>	Rührei mit Rahmspinat, A,G,I und Kartoffeln  Apfel	Möhren-Apfelsalat Vollkorn-Getreidesalat Eisbergsalat, Tomatenwürfel, Paprikawürfel, Gurkenwürfel, French Dressing oder Vinaigrette
<b>Dienstag</b>	Gemüse-Kartoffelgratin mit Erbsen, Möhren, Lauch A,G,C  Karamell Pudding A,G	Rotkrautsalat Eisbergsalat, Tomatenwürfel, Paprikawürfel, Gurkenwürfel, Kräuter dressing mit Schmand oder Vinaigrette
<b>Mittwoch</b>	Gemüsebratling mit Kartoffeln und Rahmsauce G,A,F Möhrengemüse  Kirsch-Quarkspeise G	Couscous Salat, Weißkohlsalat Eisbergsalat, Tomatenwürfel, Paprikawürfel, Gurkenwürfel, Thousand-Island-Dressing oder Vinaigrette
<b>Donnerstag</b>	Putenschnitzel mit Naturreis und Erbsen in Bechamelsauce, A,C,G,I  Joghurt mit Müsli A,G	Maissalat Eisbergsalat, Tomatenwürfel, Paprikawürfel, Gurkenwürfel, Kräuter dressing mit Schmand oder Vinaigrette
<b>Freitag</b>	Fischburger, A,G,C,D Seelachsfrkadelle im Brötchen mit Salatblatt, Tomate, Gurke und Ketchup  Banane	Salat des Tages Eisbergsalat, Tomatenwürfel, Paprikawürfel, Gurkenwürfel, Cocktail Dressing oder Vinaigrette

Enthält: A Gluten, B Krebstiere, C Ei, D Fische, E Erdnüsse, F Soja, G Milch-/produkte, H Schalenfrüchte (Nüsse), I Sellerie, J Senf, K Sesam, L Schwefeldioxid und Sulfit, M Lupine, N Weichtiere

\* enthaltene Allergene sind unserem Aushang zur Allergenkezeichnung zu entnehmen



Legende:  = Vegetarisch  = Geflügel  = Fisch  = Rind

