



„Die beste Turnübung ist das rechtzeitige Aufstehn vom Esstisch“

Peter Pasetti, 1916 – 1996

deutscher Theater- und Fernsehschauspieler sowie Synchron- und Hörspielsprecher.

Hauptgericht (mit Vorbestellung) € 3,20

Unsere kleinen Fitmacher

Vitaminbar

Allergenübersicht

Montag 19.3.2018 	Putengeschnetzeltes " Züricher Art " (A, G) Gemüseallerlei (G) Kartoffelrösti Frisches Obst	Tomatencremesuppe 2,00 € Apfelstrudel mit Vanillesauce (12, A, C, G) 2,00 € Süßkartoffel - Ruccolaschnitte (A) 1,50 €	Vitamine naschen Wir bieten , auch in der 1.großen Pause, zusätzlich täglich in unserer Vitaminbar an: 	A Glutenhaltiges Getreide B Krebstiere C Eier D Fisch E Erdnüsse F Soja G Milch / Laktose H Schalenfrüchte I Sellerie J Senf K Sesam L Schwefeldioxid M Lupine N Weichtiere
Dienstag 20.3.2018 	Pikante Lasagne " Bolognese" (A, C, G) mit Hackfleisch vom Rind geriebener Parmesan (2, C, G) Quarkspeise	Kartoffeleintopf mit Würstchen (2, 3, I) 2,00 € Käse - Paprika - Souffle (2, C, G) 2,00 € Vegetarische Frühlingsrolle mit süß - sauer Sauce (12, A, C, G, I) 1,50 €	Frisches Obst und Obstsalat der Saison ****  wechselnde Müslisorten ***** Joghurt natur oder Milch , je 1,5 % Fettgehalt **** Honig oder Zucker zum Süßen nach Wunsch Portion je nach Größe ab € 1,50 Normaler Salatteller 2,00 € Großer Salatteller € 3,00 	
Mittwoch 21.3.2018 	Blumenkohl mit Käsesauce überbacken (A, G) Petersilienkartoffeln Schokoladenpudding (G)	Germknödel mit Pflaumenfüllung und Vanillesauce (12, A, G) 2,00 € Vegetarische Cannelloni in Tomatensauce (A, C, G) 2,00 € Ebly - Gemüserisotto (A, G) 1,50 €	Das ganze Team  wünscht einen guten Appetit	
Donnerstag 22.3.2018 	Seelachsfilet in Knusperkernpanade mit Sonnenblumenkernen, Leinsam Kürbiskernen und Mohn (A, D) Kräuterdipp (G) bunte Salatgarnitur Vollkornbaguette (A, K)	Geflügelwrap (A, G) 2,00 € oder vegetarischer Wrap (A, G) Chili con Carne vom Rind 2,00 € Laugengebäck mit Radieschen - Kresse - Dipp (A, G) 1,50 €	Änderungen vorbehalten	
Marken für Menue bis 10: 00 Uhr am Kiosk erhältlich Verkauf von Abstreichkarten für unsere kleinen Gerichte am Kiosk	Zusatzstoffe: 12 mit Farbstoff 2 Mit Konservierungsstoff 3 Antioxidationsmittel 4 mit Geschmacksverstärker 5 mit Süßungsmittel 6 geschwefelt 7 gewachst 8 geschwärzt 9 mit Phosphat			

Verwendetes Würzmittel Gemüsebrühe kann Spuren von Weizen, Soja, Eiern, Milch, Sellerie und Senf enthalten