

SPEISEPLAN



Speisenangebot vom 13. bis 17.09.2021 Gymnasium Allermöhe

KW 37	13.09.21	14.09.21	15.09.21	16.09.21	17.09.21
Gericht 1 vegetarisch	So Tomato Penne in würziger Tomatensoße ^A dazu Parmesan ^G	Ofengemüse mit Tomatenreis und Tzaziki ^G	Vollkorn Spirelli in Kräutersoße ^{A1,G} dazu Sonnenblumenkerne	Gemüsegulasch Champignons, Paprika und Zucchini dazu Petersilienkartoffeln	Pizza Margarita Tomatensoße, Mais und Oregano überbacken mit Gouda ^{A,G}
Gericht 2 Fisch / Fleisch	Bolognese Penne in würziger Tomatensoße mit Rinderhack ^A dazu Parmesan ^G	Hähnchenkeule mit Tomatenreis und Tzaziki ^G	Spirelli in Kräutersoße mit Seelachswürfel ^{A1,G,D} dazu Sonnenblumenkerne	Rindergulasch Rindfleisch mit Paprika dazu Petersilienkartoffeln	Pizza Salami Tomatensoße, Geflügelsalami und Oregano überbacken mit Gouda ^{A,G}
Zusatz- angebot	Obst	Obst	Erdbeerjoghurt mit Haferflocken ^G	Obst	Obst

Alle Zutaten sind BIO und stehen unter der Kontrolle von DE-ÖKO-034 mit Ausnahme von:

Rinderhack, Hähnchenkeule, Seelachswürfel, Rindfleisch, Pizzaboden und Salami
Alle Fischprodukte sind aus zertifizierter nachhaltiger Fischerei (MSC)

Änderungen vorbehalten

A1 = Weizen
G = Milchprodukte

A2 = Dinkel
J = Senf

A3 = Roggen
E = Erdnüsse

H1 = Mandel
K = Sesamsamen

H2 = Cashewkerne
C = Eier

H3 = Pinienkerne
F = Soja

D = Fisch
I = Sellerie

Wir wünschen guten Appetit!