

SPEISEPLAN



Speisenangebot vom 13. bis 17.09.2021
Gymnasium Othmarschen

KW 37	13.09.21	14.09.21	15.09.21	16.09.21	17.09.21
Gericht 1 vegetarisch	Tomatencremesuppe mit geschnittenen Maultaschen ^{A1,C,G} dazu Fladenbrot ^{A1,K}	Gemüse Lasagne vegetarische Lasagne mit frischem Gemüse und Gouda überbacken ^{A1,G}	Ganztags- Konferenz *****	1 Kürbis-Chiasamen- Taler dazu Spinat und Bratkartoffeln	Geschnetzeltes Champignons und Paprika in Rahmsoße ^G dazu Parboiled Reis
Gericht 2 Fisch / Fleisch		Lasagne mit Rinderhack und Gouda überbacken ^{A1,G}	keine Mittagsverpflegung	2 Crispy Fisch (Seelachs ^{A1,C}) dazu Spinat und Bratkartoffeln	Hähnchen- Geschnetzeltes Hähnchenbrust, Champignons und Paprika in Rahmsoße ^G dazu Parboiled Reis
Zusatz- angebot	Quarkjoghurt ^G mit Fruchtmus	Obst	—	Obst	Obst

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

Fladenbrot, Crispy Fisch und Hähnchenbrust
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!