

# SPEISEPLAN



## Speisenangebot vom 26. bis 30.09.2022 Gymnasium Othmarschen

KW 39	26.09.22	27.09.22	28.09.22	29.09.22	30.09.22
<b>Gericht 1</b> vegetarisch	Tomatencremesuppe mit geschnittenen Maultaschen <sup>A1,C,G</sup> dazu Roggen Baguette <sup>A1,A3</sup>	Kürbis-Chiasamen-Taler mit Kartoffelspalten, Bohnengemüse und Kräuterquark <sup>G</sup>	Vegetarisches Curry Erbsen und Kartoffeln im Tomaten-Joghurt-Curry <sup>G</sup> dazu Parboiled Reis	Pesto-Rosso <sup>H2</sup> Spirelli mit Pesto-Rosso-Soße <sup>A1,G</sup> dazu Sonnenblumenkerne und Kirschtomaten	Pizza Margarita würzige Tomatensoße, Mais und Oregano überbacken mit Gouda <sup>A1,G</sup>
<b>Gericht 2</b> Fisch / Fleisch		2 Fisch Frikadellen (Seelachs <sup>A1,D</sup> ) mit Kartoffelspalten, Bohnengemüse und Kräuterquark <sup>G</sup>	Butter Chicken Hähnchenbrust und Erbsen im Tomaten-Joghurt-Curry <sup>G</sup> dazu Parboiled Reis	Pesto-Verde <sup>H2</sup> Penne mit Pesto-Verde-Soße <sup>A1,G</sup> dazu Sonnenblumenkerne und Kirschtomaten	Pizza Salami würzige Tomatensoße, Geflügelsalami und Oregano überbacken mit Gouda <sup>A1,G</sup>
<b>Zusatzangebot</b>	Gemischter Salat oder ein Stück Obst	Gemischter Salat oder ein Stück Obst	Gemischter Salat oder ein Stück Obst	Gemischter Salat oder ein Stück Obst	Couscous Salat oder ein Stück Obst

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

Roggen Baguette, Kürbis-Chiasamen-Taler, Fisch Frikadellen, Kartoffelspalten, Hähnchenbrust, Pizzaboden und Geflügelsalami

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!