

# SPEISEPLAN



## Speisenangebot vom 27. bis 31.03.2023 Gymnasium Allermöhe

KW 13	27.03.23	28.03.23	29.03.23	30.03.23	31.03.23
<b>Gericht 1</b> vegetarisch	Gemüsepfanne Chinakohl, Möhren und Paprika angebraten in Sojasoße <sup>F</sup> dazu Parboiled Reis	Ravioli Pizzaiola <sup>A1</sup> in Tomatensoße verfeinert mit Crème Fraîche <sup>G</sup> dazu Parmesan <sup>G</sup>	2 Gemüse Rösti <sup>A1,C</sup> mit Kartoffelspalten, Bohngemüse und Sour Cream <sup>G</sup>	Makkaroni mit frischem Brokkoli in Curry- Soße dazu Parmesan <sup>A1,G</sup>	Vegetarische Bratwurst mit Pommes dazu Ketchup und Mayonnaise <sup>C,J</sup>
<b>Gericht 2</b> Fisch / Fleisch	Hähnchenpfanne Hähnchenbrust, Paprika, Chinakohl und Möhren angebraten in Sojasoße <sup>F</sup> dazu Parboiled Reis	Penne <sup>A1</sup> mit Paprika in Tomatensoße verfeinert mit Crème Fraîche <sup>G</sup> dazu Parmesan <sup>G</sup>	2 Backfisch (Seelachs <sup>A1,D</sup> ) mit Kartoffelspalten, Bohngemüse und Sour Cream <sup>G</sup>	Makkaroni mit Hähnchenbrust und Brokkoli in Curry-Soße dazu Parmesan <sup>A1,G</sup>	Geflügel Bratwurst mit Pommes dazu Ketchup und Mayonnaise <sup>C,J</sup>
<b>Zusatz- angebot</b>	Gemischter Salat oder ein Stück Obst	Milchreis mit Zimt und Zucker der Stück Obst	Gemischter Salat oder ein Stück Obst	Gemischter Salat oder ein Stück Obst	Gemischter Salat oder ein Stück Obst

**Alle Zutaten sind BIO und stehen unter der Kontrolle von DE-ÖKO-034 mit Ausnahme von:**  
Hähnchenbrust, Gemüse-Rösti, Backfisch, Kartoffelspalten, Veg. Bratwurst, Geflügel Bratwurst und Pommes

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!