

SPEISEPLAN



Speisenangebot vom 03. bis 07.04.2023 Gymnasium Allermöhe

KW 14	03.04.23	04.04.23	04.04.23	06.04.23	07.04.23
Gericht 1 vegetarisch	So Tomato Penne in fruchtiger Tomatensoße ^{A1} dazu Parmesan ^G	3 Glücks-Sterne (Gemüse ^{A1,K,F}) mit Bratkartoffeln und dazu Ketchup und Mayonnaise ^{C,J}	Falafel Wrap Falafel Taler mit Salat, Frischkäse, Tomaten und Tzaziki in Tortilla ^{A,G}	Frikassee Erbsen, Möhren und frische Champignons ^G dazu Parboiled Reis	Karfreitag ***
Gericht 2 Fisch / Fleisch	Bolognese Penne in fruchtiger Tomatensoße mit Rinderhack ^{A1} dazu Parmesan ^G	4 Fischstäbchen (Seelachs ^{A1,D}) mit Bratkartoffeln und dazu Ketchup und Mayonnaise ^{C,J}	Chicken Nuggets Wrap Chicken Nuggets mit Salat, Frischkäse, Tomaten und Gurken in Tortilla ^{A,G}	Hühnerfrikassee Hähnchenbrust mit Erbsen, Möhren und frischen Champignons ^G dazu Parboiled Reis	keine Mittagsversorgung
Zusatz- angebot	Gemischter Salat oder ein Stück Obst	Gemischter Salat oder ein Stück Obst	Quarkjoghurt mit Crunchy ^{A1,G}	Gemischter Salat oder ein Stück Obst	—

Alle Zutaten sind BIO und stehen unter der Kontrolle von DE-ÖKO-034 mit Ausnahme von:
Fischstäbchen, Bratkartoffeln, Hähnchenbrust, Tortilla Fladen und Chicken Nuggets

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!