

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