

SPEISEPLAN



Speisenangebot vom 27. bis 31.03.2023
Gymnasium Othmarschen

| KW 13 | 27.03.23 | 28.03.23 | 29.03.23 | 30.03.23 | 31.03.23 |
|--|--|---|---|--|---|
| Gericht 1 vegetarisch | Pesto-Rosso ^{H2} Spirelli mit Pesto- Rosso-Soße ^{A1,G} dazu Parmesan ^G | Vegetarische Bratwurst mit Kartoffelstampf ^G und Buttergemüse ^G | Frikassee Erbsen, Möhren und frische Champignons ^G dazu Parboiled Reis | Gemüse Frikadelle ^{A1,C} mit Bratkartoffeln und Sour Creme ^G | Minestrone Hörnchen- Nudelsuppe ^{A1} mit frischem Gemüse dazu Mehrkorn Baguette ^{A1} |
| Gericht 2 Fisch / Fleisch | Pesto-Verde ^{H2} Spirelli mit Pesto- Verde-Soße ^{A1,G} dazu Parmesan ^G | Geflügel Bratwurst mit Kartoffelstampf ^G und Buttergemüse ^G | Hühnerfrikassee Hähnchenbrust mit Erbsen, Möhren und frischen Champignons ^G dazu Parboiled Reis | 2 Fisch Happen (Seelachs ^{A1,D}) mit Bratkartoffeln und Sour Creme ^G | |
| Zusatz- angebot | Apfel - Orangen - Möhren - Drink ^G oder Obst | Gemischter Salat oder ein Stück Obst | Gemischter Salat oder ein Stück Obst | Gemischter Salat oder ein Stück Obst | Erdbeerjoghurt mit Haferflocken ^G |

Alle Zutaten sind BIO und stehen unter der Kontrolle von DE-ÖKO-034 mit Ausnahme von:
Vegetarische Bratwurst, Geflügel Bratwurst, Gemüse Frikadelle, Fisch Happen, Bratkartoffeln und Baguette

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!