

SPEISEPLAN



Speisenangebot vom 03. bis 07.04.2023
Gymnasium Othmarschen

KW 14	03.04.23	04.04.23	04.04.23	06.04.23	07.04.23
Gericht 1 vegetarisch	Ravioli Pizzaiola ^{A1} in Tomaten-Cassis- Soße dazu Sonnenblumenkerne	Gemüse-Köttbullar ^C dazu Salzkartoffeln und Sesam Möhren ^K und Kräuterquark ^G	So Tomato Penne in fruchtiger Tomatensoße ^{A1} dazu Parmesan ^G	Kartoffelsuppe mit dazu Roggen- Baguette ^{A1,A3}	Ferientag ***
Gericht 2 Fisch / Fleisch	Nudeln ^{A1} mit Champignons und Erbsen in Kräutersoße dazu Sonnenblumenkerne	4 Fischstäbchen (Seelachs ^{A1,D}) dazu Salzkartoffeln und Sesam Möhren ^K und Kräuterquark ^G	Bolognese Penne in fruchtiger Tomatensoße mit Rinderhack ^{A1} dazu Parmesan ^G	Kartoffelsuppe mit Wiener Würstchen dazu Roggen- Baguette ^{A1,A3}	keine Mittagsverpflegung
Zusatz- angebot	Gemischter Salat oder ein 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:
Gemüse-Köttbullar, Fischstäbchen, Wiener Würstchen und Roggen-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!