

# SPEISEPLAN



## Speisenangebot vom 23. bis 27.09.2024 Gymnasium Allermöhe

KW 39	23.09.24	24.09.24	25.09.24	26.09.24	27.09.24
<b>Gericht 1</b> vegetarisch	Vegetarischer Taler mit Parboiled Reis und Tomatensoße dazu Zaziki <sup>G</sup>	Pesto-Rosso <sup>H2</sup> Penne mit Pesto-Rosso-Soße <sup>A1,G</sup> dazu Kirschtomaten und Rucola	Falafel Wrap Falafel Bällchen mit Salat, Frischkäse, Tomaten und Tsatsiki in Tortilla <sup>A1,G</sup>	Bällchen Mediterran <sup>A1,G,K</sup> mit Kartoffel-Möhren-Stampf <sup>G</sup> dazu Ofengemüse	Vegetarische Nuggets mit Pommes dazu Ketchup und Mayonnaise <sup>C,J</sup>
<b>Gericht 2</b> Fisch / Fleisch	Hähnchenschenkel mit Parboiled Reis und Tomatensoße dazu Zaziki <sup>G</sup>	Pesto-Verde <sup>H3</sup> Penne mit Pesto-Verde-Soße <sup>A1,G</sup> dazu Kirschtomaten und Rucola	Chicken Curry Wrap Hähnchen in Curry gegart mit Salat, Frischkäse, Tomaten und Gurken in Tortilla <sup>A1,G,J</sup>	Fischstäbchen (Seelachs <sup>A1,D</sup> ) mit Kartoffel-Möhren-Stampf <sup>G</sup> dazu Ofengemüse	Chicken Nuggets mit Pommes dazu Ketchup und Mayonnaise <sup>C,J</sup>
<b>Zusatzangebot</b>	Gemischter Salat oder ein Stück Obst	Milchreis <sup>G</sup> mit Zimit und Zucker oder roter Grütze	Quarkjoghurt mit Schoko Krunchy <sup>G</sup> 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, Tortilla Fladen, Fischstäbchen, Vegetarische Nuggets, Chicken Nuggets und Pommes

Alle Fischprodukte sind aus zertifizierter nachhaltiger Fischerei (MSC)

Änderungen vorbehalten

A1 = Weizen  
G = Milchprodukte

A2 = Hafer  
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!