

SPEISEPLAN



Speisenangebot vom 29.04. bis 03.05.2024
Gymnasium Othmarschen

KW 18	29.04.24	30.04.24	01.05.24	02.05.24	03.05.24
Gericht 1 vegetarisch	Linseneintopf mit Minze und Linsen- Hirse-Bällchen ^{A1,C} dazu Vollkorn Fladenbrot ^{A1,K}	So Tomato Spirelli in fruchtiger Tomatensoße ^{A1} dazu Parmesan ^G	Feiertag *****	Bällis Mediterran ^{A1,A2,G,K} mit Erbsen und Möhren in Béchamelsoße ^G dazu Parboiled Reis	Rührei ^C mit Spinat und Bratkartoffeln
Gericht 2 Fisch / Fleisch	Linseneintopf mit Minze und Geflügelwiener dazu Vollkorn Fladenbrot ^{A1,K}	Bolognese Spirelli in fruchtiger Tomatensoße mit Rinderhack ^{A1} dazu Parmesan ^G	keine Mittagsverpflegung	Crispy Fisch ^{A1,D} mit Erbsen und Möhren in Béchamelsoße ^G dazu Parboiled Reis	
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	Apfel - Orangen - Möhren - Drink ^G oder Stück Obst

Alle Zutaten sind BIO und stehen unter der Kontrolle von DE-ÖKO-034 mit Ausnahme von:
Geflügel Wiener, Fladenbrot, Crispy Fisch und Bratkartoffeln

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!