

SPEISEPLAN



Speisenangebot vom 09. bis 13.09.2024
Gymnasium Othmarschen

KW 37	09.09.24	10.09.24	11.09.24	12.09.24	13.09.24
Gericht 1 vegetarisch	Linseneintopf mit Minze und vegetarischen Würstchen dazu Fladenbrot ^{A1,K}	Makkaroni ^{A1} mit frischem Gemüse in fruchtiger Tomatensoße dazu Parmesan ^G	Frikassee ^{G,A1} Erbsen, Möhren und frische Champignons ^G dazu Parboiled Reis	Süßkartoffel Bällchen mit Petersilienkartoffeln Buttergemüse ^G und Remoulade ^{C,J}	Pizza Margarita Tomatensoße, Mais und Oregano überbacken mit Gouda und Mozzarella ^{A1,G}
Gericht 2 Fisch / Fleisch	Linseneintopf mit Minze und Geflügelwiener dazu Vollkorn Fladenbot ^{A1,K}		Hühnerfrikassee ^{G,A1} Hähnchenbrust mit Erbsen, Möhren und frischen Champignons dazu Parboiled Reis	Alaska Seelachsfilet ^{A1,D} mit Petersilienkartoffeln Buttergemüse ^G und Remoulade ^{C,J}	Pizza Salami Tomatensoße, Geflügelsalami und Oregano überbacken mit Gouda und Mozzarella ^{A1,G}
Zusatzangebot	Gemischter Salat oder ein Stück Obst	Schoko Pudding ^G oder 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:
Geflügelwiener, Fladenbrot, Alaska Seelachsfilet, Remoulade, Pizzaboden und Salami

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!