

SPEISEPLAN



Klein Flottbeker Weg &
Gymnasium Othmarschen

KW 47	17.11.25	18.11.25	19.11.25	20.11.25	21.11.25
Gericht 1 vegetarisch	Pesto-Rosso ^{H2} Vollkorn Spirelli mit Pesto-Rosso- Soße ^{A1,G} dazu Sonnenblumenkerne	Bällis Mediterran in Béchamelsoße ^G mit Erbsen und Möhren dazu Parboiled Reis	Gemüse Nuggets dazu Kartoffelspalten, Sesam Möhren und Kräuterquark ^G	vegetarische Würstchen mit Stampfkartoffeln ^G und Gurkensalat ^G	Reibekuchen mit Apfelmus
Gericht 2 Fisch / Fleisch	Pesto-Verde ^{H3} Spirelli mit Pesto- Verde-Soße ^{A1,G} dazu Sonnenblumenkerne	Geflügel Kräuter Klopse in Béchamelsoße ^G dazu Parboiled Reis	Alaska Seelachsfilet ^{A1,D} mit Kartoffelspalten, Sesam Möhren und Kräuterquark ^G	2 Geflügel Wiener mit Stampfkartoffeln ^G und Gurkensalat ^G	
Zusatz- angebot	Bunte Salatmischung mit Dressing & Obst	Bunte Salatmischung mit Dressing & Obst	Apfel-Orangen- Möhren Drink ^G	Bunte Salatmischung mit Dressing & Obst	Couscous Salat mit Avocado

Alle Zutaten sind BIO und stehen unter der Kontrolle von DE-ÖKO-034 mit Ausnahme von:

Geflügel-Kräuter-Klopse, Alaska Seelachsfilet und Geflügel Wiener

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!

GESUNDE SCHULVERPFLEGUNG