

SPEISEPLAN



Klein Flottbeker Weg &
Gymnasium Othmarschen

KW 50	08.12.25	09.12.25	10.12.25	11.12.25	12.12.25
Gericht 1 vegetarisch	Rotes Curry Chinakohl, Paprika und Möhren in Kokos-Curry-Soße dazu Basmati Reis	Chili sin carne vegetarisches Chili mit Paprika, Tomaten, Mais und Kidneybohnen dazu Salzkartoffeln	Vollkorn Spirelli in Kräutersoße mit Champignons und Erbsen ^{A1,G} dazu Sonnenblumenkerne	Kartoffelsuppe mit vegetarischen Würstchen dazu Baguette ^{A1}	4 Falafel Taler mit Kartoffelspalten dazu Sour Cream ^G und frischer Hummus ^{G,K}
Gericht 2 Fisch / Fleisch		Chili con carne Chili mit Rinderhack, Tomaten, Mais und Kidneybohnen dazu Salzkartoffeln	Spirelli in Kräutersoße mit Wildlachswürfel ^{G,A1} dazu Sonnenblumenkerne	Kartoffelsuppe mit Geflügel Wiener dazu Baguette ^{A1}	3 Glücks Sternchen mit Kartoffelspalten dazu Sour Cream ^G und frischer Hummus ^{G,K}
Zusatz- angebot	Bunte Salatmischung mit Dressing & Obst	Bunte Salatmischung mit Dressing & Obst	Erdbeerjoghurt mit Haferflocken ^{A2,G}	Bunte Salatmischung mit Dressing & Obst	Bunte Salatmischung mit Dressing & Obst

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

Kokosmilch, Wildlachswürfel, Geflügel Wiener und Baguette

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!

GESUNDE SCHULVERPFLEGUNG