

SPEISEPLAN

Gymnasium Allermöhe



KW 42	13.10.25	14.10.25	15.10.25	16.10.25	17.10.25
Gericht 1 vegetarisch	Vegetarische Taler mit Parboiled Reis und Tomatensoße dazu Zaziki ^G	Pesto-Rosso ^{H2} Penne mit Pesto- Rosso-Soße ^{A1,G} dazu Kirschtomaten und Rucola	Pizza Margarita mit Tomatensoße, Mais und Oregano überbacken mit Gouda ^{A1,G}	Konferenz **** keine Mittagsverpflegung	4 Pfannkuchen ^{A1,C,G} mit Apfelmus
Gericht 2 Fisch / Fleisch	Hähnchenschenkel mit Parboiled Reis und Tomatensoße dazu Zaziki ^G	Pesto-Verde ^{H3} Penne mit Pesto- Verde-Soße ^{A1,G} dazu Kirschtomaten und Rucola	Pizza Salami mit Tomatensoße, Geflügelsalami und Oregano überbacken mit Gouda ^{A1,G}		
Zusatz- angebot	Milchreis ^G mit Zimt und Zucker oder roter Grütze	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: Hähnchenschenkel, Pizza Boden und Salami 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