

SPEISEPLAN

Gymnasium Allermöhe



KW 48	24.11.25	25.11.25	26.11.25	27.11.25	28.11.25
Gericht 1 vegetarisch	Ravioli Pizzaiola ^{A1,G} in Tomaten-Cassis- Soße dazu Parmesan ^G	Frikassee ^{G,A1} Erbsen, Möhren und frische Champignons ^G dazu Parboiled Reis	Glücks Sterne dazu Kartoffelspalten, gebratene Möhren und Kräuterquark ^G	Falafel Wrap Falafel Bällchen mit Salat, Frischkäse, Tomaten und Tsatsiki in Tortilla ^{A1,G}	Pizza Margarita mit Tomatensoße, Mais und Oregano überbacken mit Gouda ^{A1,G}
Gericht 2 Fisch / Fleisch	Makkaroni ^{A1} in Tomaten-Sahne- Soße mit Hähnchenbrust dazu Parmesan ^G	Hühnerfrikassee ^{G,A1} Hähnchenbrust mit Erbsen, Möhren und frischen Champignons dazu Parboiled Reis	2 Crispy Fisch (Seelachs ^{A1,D1}) mit Kartoffelspalten, gebratene Möhren und Kräuterquark ^G	Chicken Curry Wrap Hühnchen in Curry gegart mit Salat, Frischkäse, Tomaten und Gurken in Tortilla ^{A1,G J}	Pizza Salami mit Tomatensoße, Geflügelsalami und Oregano überbacken mit Gouda ^{A1,G}
Zusatz- angebot	Gemischter Salat oder Stück Obst	Gemischter Salat oder Stück Obst	Gemischter Salat oder Stück Obst	Quarkjoghurt mit Schoko Krunchy ^G oder Stück Obst	Gemischter Salat oder Stück Obst
Alle Zutaten sind BIO und stehen unter der Kontrolle von DE-ÖKO-034 mit Ausnahme von: Hähnchenbrust, Crispy Fisch, Tortilla Fladen, 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!

GESUNDE SCHULVERPFLEGUNG