

SPEISEPLAN

Gymnasium Othmarschen



KW 21	19.05.25	20.05.25	21.05.25	22.05.25	23.05.25
Gericht 1 vegetarisch	Pesto-Rosso ^{H2} Vollkorn Spirelli mit Pesto-Rosso- Soße ^{A1,G} dazu Sonnenblumenkerne und Parmesan ^G	Bällis Mediterran in Béchamelsoße ^G mit Erbsen und Möhren dazu Parboiled Reis	Süßkartoffel Bällchen dazu Kartoffelspalten, Sesam Möhren und Kräuterquark ^G	2 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 und Parmesan ^G	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	Gemischter Salat oder Stück Obst	Gemischter Salat oder Stück Obst	Apfel-Orangen- Möhren Drink ^G oder Stück Obst	Gemischter Salat oder Stück Obst	Couscous Salat mit Avocado oder Stück Obst

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