

SPEISEPLAN



Klein Flottbeker Weg &
Gymnasium Othmarschen

KW 04	19.01.26	20.01.26	21.01.26	22.01.26	23.01.26
Gericht 1 vegetarisch	Geschnetzeltes mit frischem Gemüse in Rahmsoße ^G dazu Nudeln ^{A1}	Bällis Mediterran (Gemüse und Mozzarella ^G) mit Bratkartoffeln, Buttergemüse und Remoulade ^{C,J}	Matsaman Curry Tofu ^F mit Tofu, Kartoffeln und Gemüse in Kokos- Curry-Soße dazu Basmati Reis	Vegetarische Schnitzel mit Salzkartoffeln und Ofengemüse dazu Ketchup	Reibekuchen mit Apfelmus
Gericht 2 Fisch / Fleisch		Vollkorn Fischstäbchen (Seelachs ^{A1,D}) mit Bratkartoffeln, Buttergemüse und Remoulade ^{C,J}	Matsaman Curry Huhn mit Hähnchenbrust, Kartoffeln und Gemüse in Kokos-Curry-Soße dazu Basmati Reis	Hähnchen Schnitzel ^{A1,C} mit Salzkartoffeln und Ofengemüse dazu Ketchup	
Zusatz- angebot	Grießbrei ^G mit roter Grütze	Bunte Salatmischung mit Dressing & Obst	Bunte Salatmischung mit Dressing & Obst	Bunte Salatmischung mit Dressing & Obst	Couscous Salat mit Avocado
<p>Alle Zutaten sind BIO und stehen unter der Kontrolle von DE-ÖKO-034 mit Ausnahme von: Fischstäbchen, Remoulade, Veg. & Hähnchen Schnitzel</p> <p>Alle Fischprodukte sind aus zertifizierter nachhaltiger Fischerei (MSC)</p> <p>Änderungen vorbehalten</p>					

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