

# SPEISEPLAN



Klein Flottbeker Weg &  
Gymnasium Othmarschen

KW 05	26.01.26	27.01.26	28.01.26	29.01.26	30.01.26
<b>Gericht 1</b> vegetarisch	Pesto-Rosso H <sup>2</sup> Vollkorn Spirelli mit Pesto-Rosso-Soße A <sup>1,G</sup> dazu Sonnenblumenkerne	Gemüse Nuggets dazu Kartoffelpalten, Sesam Möhren und Kräuterquark G	Kichererbsen Eintopf mit frischem Blumenkohl und Kartoffeln dazu Basmati Reis	vegetarische Würstchen mit Stampfkartoffeln G und Gurkensalat G	Ferien ****
<b>Gericht 2</b> Fisch / Fleisch	Pesto-Verde H <sup>3</sup> Spirelli mit Pesto-Verde-Soße A <sup>1,G</sup> dazu Sonnenblumenkerne	Alaska Seelachsfilet A <sup>1,D</sup> mit Kartoffelpalten, Sesam Möhren und Kräuterquark G		2 Geflügel Wiener mit Stampfkartoffeln G und Gurkensalat G	Überraschung aus der Küche
<b>Zusatz-angebot</b>	Bunte Salatmischung mit Dressing & Obst	Bunte Salatmischung mit Dressing & Obst	Apfel-Orangen-Möhren Drink G	Bunte Salatmischung mit Dressing & Obst	Obst

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

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