

SPEISEPLAN



Klein Flottbeker Weg &
Gymnasium Othmarschen

KW 27	29.06.26	30.06.26	01.07.26	02.07.26	03.07.26
Gericht 1 vegetarisch	Vollkorn Spirelli in Kräutersoße mit Champignons und Erbsen ^{A1,G} dazu Sonnenblumenkerne	Chili sin carne vegetarisches Chili mit Paprika, Tomaten, Mais und Kidneybohnen dazu Salzkartoffeln	Rotes Curry Chinakohl, Paprika und Möhren in Kokos-Curry-Soße dazu Basmati Reis	Kartoffelsuppe mit vegetarischen Würstchen dazu Baguette ^{A1}	4 Falafel Taler mit Kartoffelspalten dazu Sour Cream ^G und frischer Hummus ^{G,K}
Gericht 2 Fisch / Fleisch	Spirelli in Kräutersoße mit Wildlachswürfel ^{G,A1} dazu Sonnenblumenkerne	Chili con carne Chili mit Rinderhack, Tomaten, Mais und Kidneybohnen dazu Salzkartoffeln		Kartoffelsuppe mit Geflügel Wiener dazu Baguette ^{A1}	3 Glücks Sternchen mit Kartoffelspalten dazu Sour Cream ^G und frischer Hummus ^{G,K}
Zusatz- angebot	Bunte Salatmischung mit Dressing & Obst	Bunte Salatmischung mit Dressing & Obst	Erdbeerrjoghurt mit Haferflocken ^{A2,G}	Bunte Salatmischung mit Dressing & Obst	Bunte Salatmischung mit Dressing & Obst
Alle Zutaten sind BIO und stehen unter der Kontrolle von DE-ÖKO-034 mit Ausnahme von: Wildlachswürfel, Geflügel Wiener und Baguette 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