

SPEISEPLAN



Klein Flottbeker Weg &
Gymnasium Othmarschen

KW 37	07.09.26	08.09.26	09.09.26	10.09.26	11.09.26
Gericht 1 vegetarisch	Pesto-Rosso ^{H2} Vollkorn Spirelli mit Pesto-Rosso- Soße ^{A1,G} dazu Sonnenblumenkerne	Gemüse Nuggets dazu Kartoffelspalten, Sesam Möhren und Kräuterquark ^G	Falafel Bällchen mit Bulgur Buttergemüse ^G und Zaziki ^G	vegetarische Würstchen mit Stampfkartoffeln ^G und Gurkensalat ^G	Wunschessen Kaiserschmarrn ^{A1,G,C} mit Apfelmus
Gericht 2 Fisch / Fleisch	Pesto-Verde ^{H3} Spirelli mit Pesto- Verde-Soße ^{A1,G} dazu Sonnenblumenkerne	Alaska Seelachsfilet ^{A1,D} mit Kartoffelspalten, Sesam Möhren und Kräuterquark ^G	Cevapcici mit Bulgur, Buttergemüse ^G und Zaziki ^G	2 Geflügel Wiener mit Stampfkartoffeln ^G und Gurkensalat ^G	
Zusatz- angebot	Bunte Salatmischung mit Dressing & Obst	Bunte Salatmischung mit Dressing & Obst	Apfel-Orangen- Möhren Drink ^G	Bunte Salatmischung mit Dressing & Obst	Eis ^G
Alle Zutaten sind BIO und stehen unter der Kontrolle von DE-ÖKO-034 mit Ausnahme von: Alaska Seelachsfilet, Cevapcici 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