

# SPEISEPLAN

Gymnasium Allermöhe



KW 05	26.01.26	27.01.26	28.01.26	29.01.26	30.01.26
<b>Gericht 1</b> vegetarisch	Vegetarisches Curry ErbSEN und Kartoffeln in Tomaten-Joghurt- Curry <sup>G</sup> dazu Basmati Reis	So Tomato Nudeln <sup>A1</sup> in fruchtiger Tomatensoße dazu Parmesan <sup>G</sup>	Gemüse Bagel <sup>A1,A2,I</sup> mit Salzkartoffeln, Ofengemüse und Sour Cream <sup>G</sup>	Pesto-Rosso <sup>H2</sup> Nudeln mit Pesto-Rosso- Soße <sup>A1,G</sup> dazu Sonnenblumenkerne	Ferien *****
<b>Gericht 2</b> Fisch / Fleisch	Butter Chicken Hähnchenbrust mit ErbSEN in Tomaten- Joghurt-Curry <sup>G</sup> dazu Basmati Reis	Bolognese Nudeln <sup>A1</sup> in fruchtiger Tomatensoße mit Rinderhack dazu Parmesan <sup>G</sup>	Fisch (Seelachs <sup>A1,D</sup> ) mit Salzkartoffeln, Ofengemüse und Sour Cream <sup>G</sup>	Pesto-Verde <sup>H3</sup> Nudeln mit Pesto- Verde-Soße <sup>A1,G</sup> dazu Sonnenblumenkerne	kein Mittagessen
<b>Zusatz- angebot</b>	Gemischter Salat oder Stück Obst	Gemischter Salat oder Stück Obst	Gemischter Salat oder Stück Obst	Grießbrei <sup>G</sup> mit roter Grütze	—

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

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