

SPEISEPLAN

Gymnasium Allermöhe



KW 05	26.01.26	27.01.26	28.01.26	29.01.26	30.01.26
Gericht 1 vegetarisch	Vegetarisches Curry Erbsen und Kartoffeln in Tomaten-Joghurt- Curry ^G dazu Basmati Reis	So Tomato Nudeln ^{A1} in fruchtiger Tomatensoße dazu Parmesan ^G	Gemüse Bagel ^{A1,A2,I} mit Salzkartoffeln, Ofengemüse und Sour Cream ^G	Pesto-Rosso ^{H2} Nudeln mit Pesto-Rosso- Soße ^{A1,G} dazu Sonnenblumenkerne	Ferien *****
Gericht 2 Fisch / Fleisch	Butter Chicken Hähnchenbrust mit Erbsen in Tomaten- Joghurt-Curry ^G dazu Basmati Reis	Bolognese Nudeln ^{A1} in fruchtiger Tomatensoße mit Rinderhack dazu Parmesan ^G	Fisch (Seelachs ^{A1,D}) mit Salzkartoffeln, Ofengemüse und Sour Cream ^G	Pesto-Verde ^{H3} Nudeln mit Pesto- Verde-Soße ^{A1,G} dazu Sonnenblumenkerne	kein Mittagessen
Zusatz- angebot	Gemischter Salat oder Stück Obst	Gemischter Salat oder Stück Obst	Gemischter Salat oder Stück Obst	Grießbrei ^G mit roter Grütze	_____
<p>Alle Zutaten sind BIO und stehen unter der Kontrolle von DE-ÖKO-034 mit Ausnahme von: Hähnchenbrust und Fisch</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