



Gymnasium Rahlstedt

02.11. bis 06.11.2020



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Fit-Menü	GNOCCHI-AUFLAUF mit Möhren und Zucchini in Tomatensoße und Käse überbacken (E,M)	CHICKEN WINGS BARBECUE mit Cole Slaw und hausgemachten Kartoffelwedges (C,D,H,M,N)	FARFALLE ALLA EMILIANA (Schleifennudeln mit Erbsen-Rahmsoße) (A,M)	RINDERHACK-GEMÜSE-EINTOPF mit Joghurt, dazu Reis und Fladenbrot (A,H,M)	FISCHSTÄBCHEN auf Rahmspinat mit Salzkartoffeln (A,F,M)
Veggi-Menü	FLAMMKUCHEN VEGGI (mit Lauch, Paprika und Champignons) (A,M)	BROKKOLI IM BACKTEIG mit Currysoße und Sesam-Gemüsereis (A,D,E,H,M,N)	PFANNENGEMÜSE (Zucchini, Paprika, rote Zwiebeln) mit Grillkäsewürfeln und Bulgur (A,M)	TÜRKISCHE LINSENSUPPE mit Blattpetersilie und Fladenbrot (A,H,S)	KNUSPERSTICKS (Gemüse-Käse-Stäbchen) mit Rahmspinat und Kartoffelpüree (A,E,M,S)
TAGES-MENÜ	ANGEBOT DES TAGES	ANGEBOT DES TAGES	ANGEBOT DES TAGES	ANGEBOT DES TAGES	ANGEBOT DES TAGES
Zusatz	Salat / Gemüsesticks, Obst oder Dessert	Salat / Gemüsesticks, Obst oder Dessert	Salat / Gemüsesticks, Obst oder Dessert	Salat / Gemüsesticks, Obst oder Dessert	Salat / Gemüsesticks, Obst oder Dessert



ALRAUNE IST BIO-ZERTIFIZIERT

Wir verwenden frische Kartoffeln und Äpfel, Langkornreis, Bulgur, Couscous, Nudeln (Penne, Spaghetti, Fusilli, Farfalle, Lasagne), Erbsen, Milch, Joghurt und Quark in **Bio-Qualität!**



Allergene: A = glutenhaltiges Getreide, B = Krebstiere, C = Erdnüsse, D = Soja, E = Eier, F = Fisch, H = Sesam, K = Senf, M = Laktose, N = Schalenfrüchte, O = Sulfid/Schwefeldioxid, P = Lupine, S = Sellerie, T = Weichtiere

Zusatzstoffe: 1 = mit Farbstoff, 2 = mit Konservierungsstoffen, 3 = mit Antioxidationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärkern, 5 = geschwefelt, 6 = geschwärzt, 7 = gewachst, 8 = mit Phosphat, 9 = mit Süßungsmitteln, 10 = mit Phenylalanin