



Gymnasium Rahlstedt

15.02. bis 19.02.2021



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Fit-Menü	SPAGHETTI Á LA BOLOGNESE (Rindfleisch) mit Gemüsewürfeln und Käse (A,M,S)	CORDON BLEU aus der Pute (mit Putenschinken, Käse) mit Erbsen-Möhren-Rahm und Kartoffelpüree (A,E,M)	EIEROMELETT mit Champignon-rahmsoße und Salzkartoffeln (E,M)	GEBRATENER SEELACHS (MSC) mit Tomaten-Couscous und Minzdip (A,F,M)	PFANNKUCHEN mit Mais-Bohnen-Füllung und Käse überbacken (A,E,M)
Veggi-Menü	SPAGHETTI Á LA VEGGI-BOLOGNESE (Sojahack) mit Gemüsewürfeln und Käse (A,D,M,S)	SELLERIE-KNUSPERSCHNITZEL mit Maiskolben und Petersilien-Stampfkartoffeln (A,E,M,S)	EIEROMELETT mit Champignon-rahmsoße und Salzkartoffeln (E,M)	GEBRATENES GEMÜSE der Saison mit würzigem Couscous, dazu Joghurt-Minz-Dip (A,M)	PFANNKUCHEN mit Mais-Bohnen-Füllung und Käse überbacken (A,E,M)
Salat Dessert	Salat-Mix Obst	Knabbergemüse Götterspeise mit Vanillesoße	Salat-Mix Obst	Knabbergemüse Apfel-Quarkspeise	Salat-Mix Obst



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 = Sulfit/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