



Gymnasium Rahlstedt

22.03. bis 26.03.2021



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Fit-Menü	MACARONI & CHEESE (amerikanisches Nudelgericht mit Cheddarkäse im Ofen gebacken) (A,E,K,M)	HÄHNCHEN-GULASCH mit Champignons, dazu Brokkoli und Salzkartoffeln	TÜRKISCHE LINSENSUPPE mit Möhren, frischen Kräutern und Fladenbrot (A,H,S)	FISCH-NUGGETS mit süß-saurer Soße, knackigem Gemüse und parboiled Reis (A,E,F)	KARTOFFELPUFFER WÜRZIG & Süß (als Kartoffelpizza und mit Apfelmus) (A)
Veggi-Menü	MACARONI & CHEESE (amerikanisches Nudelgericht mit Cheddarkäse im Ofen gebacken) (A,E,K,M)	KARTOFFEL-GULASCH (mit Paprika und Möhren), dazu Sauerrahm (A,M,S)	TÜRKISCHE LINSENSUPPE mit Möhren, frischen Kräutern und Fladenbrot (A,H,S)	GEMÜSE-NUGGETS mit süß-saurer Soße und parboiled Reis (A,D,H)	KARTOFFELPUFFER WÜRZIG & Süß (als Kartoffelpizza und mit Apfelmus) (A)
Salat Dessert	Salat-Mix Obst	Salat-Mix Müsli-Joghurt	Knabbergemüse Obst	Knabbergemüse Mandarinенquark	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

Zusatstoffe: 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