



Gymnasium Rahlstedt

19.04. bis 23.04.2021



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Fit-Menü	TORTELLINI (Spinat-Ricotta) mit Tomatensoße und frischem Basilikum (A,M)	RINDER-GESCHNETZELTES mit Brokkoli-Blumenkohlgemüse und Vollkornreis	OFEN-SEELACHS mit Thymain, Olivenöl und Limette, dazu Quarkdip und Pellkartoffeln (F,M)	FUSILLI ALLA GENOVESE (mit Pesto und Hartkäse) (A,M,N)	GEFLÜGEL-FRIKADELLE mit Paprikasoße und Kartoffelstampf (A,E,M)
Veggi-Menü	TORTELLINI (Spinat-Ricotta) mit Tomatensoße und frischem Basilikum (A,M)	SOJA-GESCHNETZELTES mit Erbsengemüse und Vollkornreis (D,M,S)	KLEINE OFENKARTOFFELN mit Quarkdip und gegrilltem Maiskolben (M)	FUSILLI ALLA GENOVESE (mit Pesto und Hartkäse) (A,M,N)	KNUSPERSTICKS (Gemüse-Käse-Stäbchen) mit bunten Möhren und Kartoffelpüree (A,E,M,S)
Salat Dessert	Salat-Mix Obst	Knabbergemüse Müsliriegel	Salat-Mix Obst	Knabbergemüse Wackelpudding mit Vanillesoße	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