



Gymnasium Rahlstedt

17.05. bis 21.05.2021



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Fit-Menü	GNOCCHIS (Kartoffelnudeln) mit Brokkoli und Käsesoße (E,M)	RINDERGULASCH mit Paprika und Möhren, dazu Vollkornreis (S)	GEBRATENES SEELACHSFILET mit Dillsöße, dazu Maisgemüse und kleine Pellkartoffeln (F,M,S)	PASTA PRIMAVERA mit Tomaten, roten Zwiebeln, Frischkäse und vielen Kräutern (A,M)	CHICKEN TIKKA MASALA: Hähnchenbrust in Joghurt-Curry-Marinade, dazu Couscous mit Gemüsewürfeln (A,M)
Veggi-Menü	GNOCCHIS (Kartoffelnudeln) mit Brokkoli und Käsesoße (E,M)	VEGGI GULASCH (aus Soja) mit Paprika und Möhren, dazu Vollkornreis (D,S)	GEBRATENES MILCHSCHNITZEL mit Kräutersoße, dazu Bohnengemüse und kleine Pellkartoffeln (A,E,M,S)	PASTA PRIMAVERA mit Tomaten, roten Zwiebeln, Frischkäse und vielen Kräutern (A,M)	GEMÜSE TIKKA MASALA: Blumenkohl, Zucchini und gelbe Möhren in Joghurt-Curry-Marinade, dazu Couscous (A,M)
Salat Dessert	Salat-Mix Obst	Salat-Mix Melonen-Cocktail	Knabbergemüse Obst	Knabbergemüse Zitronen-Minz-Joghurt	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