



# Gymnasium Rahlstedt

24.05. bis 28.05.2021



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Fit-Menü	Keine Ausgabe Pfungstmontag	FISCHFRIKADELLE mit hausgemachtem Dip, Erbsen-Gemüse und Röstkartoffeln (A,E,F,K,M)	HÜHNEREINTOPF mit frischem Gemüse (Möhren, Sellerie, Porree), dazu parboiled Reis (S)	SPAGHETTI CARBONARA-STYLE mit geräucherter Pute, frischer Petersilie und Käse (A,M)	PFANNENGEMÜSE (Zucchini, Paprika, Kohlrabi) mit Grillkäsewürfeln und Bulgur (A,M)
Veggi-Menü		KNUSPERSTICKS (Gemüse-Käse-Stäbchen) auf Möhren-Gemüse und Röstkartoffeln (A,E,M,S)	GEMÜSESUPPE mit viel frischen Kräutern und Reis, dazu Bauernbrot (A,S)	PASTA Á LA VEGGI-CARBONARA mit Räuchertofu, frischer Petersilie und Käse (A,D,M)	PFANNENGEMÜSE (Zucchini, Paprika, Kohlrabi) mit Grillkäsewürfeln und Bulgur (A,M)
Salat Dessert		Salat-Mix Obst	Knabbergemüse Obstsalat mit Quark	Knabbergemüse Obst	Salat-Mix Mini-Windbeutel



## 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