



# Gymnasium Rahlstedt

31.05. bis 04.06.2021



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Fit-Menü	VOLLKORN-FUSILLI mit Spinat-Frischkäsesoße (A,M)	HÜHNERFRIKASSEE mit Möhren, Erbsen und Champignons, dazu parboiled Reis (A,M,S)	FRIKADELLE VOM RIND mit Paprika-Mais-Gemüse und Ofenkartoffel, dazu Sour Cream (M,S)	PENNE mit Seelachswürfeln und Zuckerschoten in Tomatensahnesoße (A,F,M)	KARTOFFELPUFFER WÜRZIG & Süß (als Kartoffelpizza und mit Apfelmus) (A,M)
Veggi-Menü	VOLLKORN-FUSILLI mit Spinat-Frischkäsesoße (A,M)	GEMÜSEFRIKASSEE mit Kohlrabi, Erbsen, gelben und roten Möhren, dazu parboiled Reis (A,M,S)	KLEINE KARTOFFELN und buntes Gemüse aus dem Ofen, dazu Kräuterquark und Vollkornbaguette (A,M)	PASTA NAPOLI: Nudeln mit Tomatensoße, Gemüse und Käse (A,M,S)	KARTOFFELPUFFER WÜRZIG & Süß (als Kartoffelpizza und mit Apfelmus) (A,M)
Salat Dessert	Salat-Mix Obst	Knabbergemüse Quarkcreme mit Kirschen	Salat-Mix Obst	Salat-Mix Schokoladenpudding	Knabbergemüse 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