



Gymnasium Rahlstedt

07.06. bis 11.06.2021



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Fit-Menü	FRUCHTIGES KOKOSCURRY (Brokkoli, Paprika, Zucchini und Möhren) mit Basmatireis (H,S)	FUSILLI mit würziger Gemüse-Linsenbolognese und Käse (A,M,S)	PUTENSCHNITZEL "WIENER ART" mit Zitrone und Kartoffelsalat (A,E,M)	CHILI CON CARNE (Rindfleisch, Kidneybohnen, Mais, Möhren, Tomaten) mit saurer Sahne und Vollkornbaguette (A,M)	GEBRATENES FISCHFILET mit leichter Senfsoße, Blumenkohl und Salzkartoffeln (F,K,M)
Veggi-Menü	FRUCHTIGES KOKOSCURRY (Brokkoli, Paprika, Zucchini und Möhren) mit Basmatireis (H,S)	FUSILLI mit würziger Gemüse-Linsenbolognese und Käse (A,M,S)	MILCHSCHNITZEL "WIENER ART" mit Zitrone und Kartoffelsalat (A,E,M)	CHILI SIN CARNE (Kidneybohnen, Mais, Möhren, Tomaten) mit saurer Sahne und Vollkornbaguette (A,M)	BLUMENKOHLM-KÄSE-STERN mit Joghurt-Remoulade und Röstkartoffeln, dazu Gurkensalat (A,E,M,S)
Salat Dessert	Salat-Mix Obst	Knabbergemüse Stracciatellajoghurt	Salat-Mix Obst	Salat-Mix Eis	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