



# Gymnasium Rahlstedt

02.08. bis 06.08.2021



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Fit-Menü	<b>SOMMERFERIEN 2021</b>			PASTA MISTA: Auswahl an Nudeln, Gemüse und leckere Soßen	FISCHSTÄBCHEN mit Rahmspinat (A,F,M)
Veggi-Menü				PASTA MISTA: Auswahl an Nudeln, Gemüse und leckere Soßen	KNUSPERSTICKS (Gemüse-Käse-Stäbchen) mit Rahmspinat (A,E,M,S)
Auswahl am Buffet				Tomaten-Basilikum- Soße (S) Käse-Lauch- Soße (M,S) Reibekäse (M)	Kartoffelpüree (M) Gemüseris Buttermöhren (M) Sauce Tatar (E,M)
Salat	Täglich wechselnde Salate und Dressings zum Mittagessen				
Dessert				Wackelpudding mit Vanillesoße (M)	Wassermelone



## 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