



# Gymnasium Rahlstedt

23.08. bis 27.08.2021



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Fit-Menü	LAHMACUN - türkische Pizza zum Selbstbelegen mit verschiedenen Soßen (A,M)	KNUSPER-FISCHHAPPEN mit Erbsen und Kartoffelpüree (A,E,F,M)	PASTA MISTA: verschiedene Nudelsorten, Gemüse-Auswahl und leckere Soßen (A,M,S)	HÄHNCHEN-PAPRIKA-PFANNE mit Tzaziki, Brokkoli und griechischem Reis (M)	BAKED POTATO SLICES (Backkartoffeln) mit Sour Cream, Bratchampignons und frischem Salat (M)
Veggi-Menü	LAHMACUN VEGGI - türkische Pizza zum Selbstbelegen mit verschiedenen Soßen (A,D,M)	KNUSPER-BROKKOLIHAPPEN mit Erbsen und Kartoffelpüree (A,D,E,M)	PASTA MISTA: verschiedene Nudelsorten, Gemüse-Auswahl und leckere Soßen (A,M,S)	GNOCCHI-MÖHREN-PFANNE mit Zucchini und Pestosoße (A,E,M,S)	EIER-PFANNKUCHEN mit Apfelmus und Zimt-Zucker (A,E,M)
Salat	Täglich wechselnde Salate und Dressings zum Mittagessen				
Dessert	frisches Obst der Saison	Müsliriegel (A,C,M,N)	frisches Obst der Saison	Erdbeerquark (M)	frisches Obst der Saison



## 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 = Sulfid/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