



Gymnasium Rahlstedt

03.01. bis 07.01.2021



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Fit-Menü	Keine Ausgabe Weihnachtsferien	Keine Ausgabe Weihnachtsferien	BACKKARTOFFEL* mit gebratenen Champignons, dazu Sour Cream und Salat-Mix (M)	SPAGHETTI* Á LA BOLOGNESE (Rind) mit Gemüsewürfeln und Käse (A,M,S)	BROKKOLI- MÖHREN-PFANNE mit Käse überbacken, dazu parboiled Reis* (M)
Veggi-Menü			VEGGI HACKBÄLLCHEN (Sojahack) mit Paprikasoße und parboiled Reis* (A,E,D)	FUSILLI* mit würziger Gemüse- Linsenbolognese und Käse (A,M,S)	TORREJAS DE ESPINACA (Spinat-Eiomelett) mit ZucchiniGemüse und spanischen Kartoffeln* (A,E)
Auswahl am Buffet			siehe vor Ort	siehe vor Ort	siehe vor Ort
Salat	Täglich wechselnde Salate und Dressings zum Mittagessen				
Dessert			frisches Obst der Saison	Wackelpudding mit Vanillesoße (M)	frisches Obst der Saison

*ALRAUNE IST BIO-ZERTIFIZIERT

Wir verwenden Kartoffeln und Äpfel, Langkornreis, Bulgur, Couscous, Nudeln (Penne, Spaghetti, Fusilli, Farfalle, Lasagne), Erbsen, Kuhmilch, Naturjoghurt und Speisequark in **Bio-Qualität!**



Allergene: A = Gluten, B = Krebstiere, C = Erdnüsse, D = Soja, E = Ei, F = Fisch,
H = Sesam, K = Senf, M = Laktose/Milchweiß, 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