



Gymnasium Rahlstedt

16.05. bis 20.05.2022



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Fit-Menü	FISCHSTÄBCHEN mit Erbsen*-Möhren-Rahm und Salzkartoffeln* (A,F,M)	PASTA MISTA: VOLLKORNUDEL* -Büffet mit verschiedenen Soßen (A,M)	CHICKEN WINGS mit Grillmais und hausgemachten Kartoffel*-Wedges, dazu Sour Cream (M)	FRÜHLINGSSUPPE (Möhren, Blumenkohl, Lauchzwiebeln, Kohlrabi) mit parboiled Reis*	KARTOFFEL*-GRATIN mit goldgelber Kruste, dazu gebratene Champignons (M)
Veggi-Menü	KNUSPERSTICKS (Gemüse-Käse-Stäbchen) mit Knoblauchdip und Tomaten-Reis* (A,F,M)	PASTA MISTA: VOLLKORNUDEL* -Büffet mit verschiedenen Soßen (A,M)	GEGRILLTER TOFU mit gebackenen Kartoffeln* und Paprikasalsa (D,M)	BRATWURST VEGGI mit Möhren-Lauchgemüse und Salzkartoffeln* (A,D,E,M)	NUDEL*-AUFLAUF mit Knusperkruste, dazu Brokkoli und Tomatensoße (A,E,M)
Buffet	Weitere, abwechslungsreiche Gemüse- und Sättigungsbeilagen am warmen Buffet				
Salat	Vielfältige Auswahl an Salaten, Knabbergemüse und Dressings am Salatbuffet				
Dessert	frisches Obst der Saison	frisches Obst der Saison	Wackelpudding mit Vanillesoße (M)	frisches Obst der Saison	Milch*-Shake (M)

*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/Milcheiweiß, 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