GYMNASIUM RAHLSTEDT

Gymnasium Rahlstedt

16.11. - 20.11.2026

Alraune gGmbH Schulgastronomie

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Fit-Menü	Milchreis mit heißer Kirschsoße und Zimt-Zucker (Fruktose, M)	Gebratener Seelachs mit Gemüse der Saison, Joghurtdip und warmen Linsensalat (A,F,Hülsenf.,M)	Tomatensuppe mit buntem Gemüse und Grießklößchen (A,E,M,S)	Putenschnitzel mit Zitrone, grünen Bohnen und Kartoffelstampf (A,E,M)	Nudeln mit gebratenen Putenstreifen und Lauch in Sahnesoße (A,M)
Veggi-Menü	Herzhafte Pfannkuchen mit Spinat-Pilz-Füllung und Hirtenkäse (A,E,M)	Buntes Paprika-Möhren-Ragout mit Eierspätzle (A,E,M)	Cremige Karottensuppe mit parboiled Reis (A,M)	Milchschnitzel mit Rahmsoße, dazu Rosenkohl und Steckrübenpüree (A,M)	Nudeln á la Carbonara mit Räuchertofu, frischer Petersilie und Käse (A,D,M)
Buffet	TAGESGERICHT und weitere, abwechslungsreiche Gemüse- und Sättigungsbeilagen am warmen Buffet				
Salat	Vielfältige Auswahl an Salaten, Knabbergemüse und Dressings am Salatbuffet				
Dessert	Frisches Obst der Saison	Apfel-Hafercrumble mit Vanillesoße (A,Kernobst,M)	Frisches Obst der Saison	Mandelpudding mit Mandarinensoße (Fruktose,M,N)	Frisches Obst der Saison

DE-ÖKO-039

ALRAUNE IST BIO-ZERTIFIZIERT

Kartoffeln, Reis, Bulgur, Couscous, Nudeln, Äpfel, Erbsen, Milch, Quark und Joghurt sind bei uns in **Bio-Qualität**

allergenfreie Produkte sind konventionell hergestellt

BIO nach EG-Öko-Verordnung

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