



Speiseplan Gymnasium Allermöhe



Alle Zutaten sind BIO und stehen unter der Kontrolle von DE-ÖKO-034 mit Ausnahme von:

Fisch- und Fleischprodukten, Backwaren und Brokkoli-Nuss-Ecke

Alle Fischprodukte sind aus zertifizierter nachhaltiger Fischerei (MSC)

KW	16	16.04.18	17.04.18	18.04.18	19.04.18	20.04.18
Gericht 1	Vegetarisch	Bunte Nudeln (A) in Tomatensauce (G) dazu Parmesan (G)	4 vegetarische Bällis (A,F) mit Béchamelsoße (A,G) und Parboiled Reis	3 Glücks Sterne (A,F) (Knusper-Sterchen mit Hokkaido-Kürbis und Tofu) mit Stampfkartoffeln (G) dazu Buttergemüse (G)	Brokkoli-Nuss-Ecke (A,E) dazu Erbsen und Möhren in Tomatensoße und Parboiled Reis	Farfalle (A) in Käsesoße (G) mit Erbsen und Champignons
Gericht 2	Fisch/Fleisch	Ravioli pizzaiola (A) mit Tomatensauce (G) dazu Parmesan (G)	Königsberger Klopse (Rindfleisch) mit Béchamelsoße (A,G) und Parboiled Reis	Geflügelwiener mit Stampfkartoffeln (G) dazu Buttergemüse (G)	Knusperbackfisch (A,D) (Seelachs) dazu Erbsen und Möhren in Tomatensoße und Parboiled Reis	-
Zusatz- angebot		Ein Stück Obst (Apfel, Banane oder Birne)	Ein Stück Obst (Apfel, Banane oder Birne)	Ein Stück Obst (Apfel, Banane oder Birne)	Ein Stück Obst (Apfel, Banane oder Birne)	Ein Stück Obst (Apfel, Banane oder Birne)

A Glutenhaltiges Getreide
B Krebstiere
C Eier

D Fisch
E Erdnüsse
F Soja

G Milchprodukte
H Schalenfrüchte
I Sellerie

J Senf
K Sesamsamen
L Schwefeldioxid und Sulphite

M Lupinen
N Weichtiere

Änderungen vorbehalten



Speiseplan Gymnasium Allermöhe



Alle Zutaten sind BIO und stehen unter der Kontrolle von DE-ÖKO-034 mit Ausnahme von:

Fisch- und Fleischprodukten und Backwaren

Alle Fischprodukte sind aus zertifizierter nachhaltiger Fischerei (MSC)

KW	17	23.04.18	24.04.18	25.04.18	26.04.18	27.04.18
	Gericht 1 Vegetarisch	Frikassee Erbsen und Möhren (G) dazu Parboiled Reis	Veggi Falafel Wrap Falafel Taler mit Salat, Frischkäse, Tomaten und Zaziki in Tortilla (A,G)	Pesto-Rosso* Spirelli mit Pesto-Rosso- Sahne-Soße (A,G) dazu Rucola und Cherrytomaten *enthält Cashewnüsse	Kartoffel - Blumenkohl - Gratin Kartoffeln und frischer Blumenkohl überbacken mit Gouda (G) dazu vegetarische Taler	Vegetarischer Döner (A) mit Soja Gechnetzeltes (F), Salat, Gurke, Tomate und Zaziki (G)
	Gericht 2 Fisch/Fleisch	Hühnerfrikassee Hähnchenbrust mit Erbsen und Möhren (G) dazu Parboiled Reis	Chicken Nuggets Wrap Chicken Nuggets mit Salat, Frischkäse, Tomaten und Zaziki in Tortilla (A,G)	Milchreis (G) mit roter Grütze oder Zimt und Zucker	Kartoffel - Blumenkohl - Gratin mit Fisch Kartoffeln und frischer Blumenkohl überbacken mit Gouda (G) dazu Fisch Nuggets (A,D,J)	Hähnchen-Döner (A) mit Hähnchenbrust, Salat, Gurke, Tomate und Zaziki (G)
	Zusatz- angebot	Ein Stück Obst (Apfel, Banane oder Birne)	Quarkjoghurt (G) mit Schoko Krunchy	Ein Stück Obst (Apfel, Banane oder Birne)	Ein Stück Obst (Apfel, Banane oder Birne)	Ein Stück Obst (Apfel, Banane oder Birne)

A Glutenhaltiges Getreide
B Krebstiere
C Eier

D Fisch
E Erdnüsse
F Soja

G Milchprodukte
H Schalenfrüchte
I Sellerie

J Senf
K Sesamsamen
L Schwefeldioxid und Sulphite

M Lupinen
N Weichtiere

Änderungen vorbehalten



Speiseplan Gymnasium Allermöhe



Alle Zutaten sind BIO und stehen unter der Kontrolle von DE-ÖKO-034 mit Ausnahme von:

Fisch- und Fleischprodukten und Backwaren

Alle Fischprodukte sind aus zertifizierter nachhaltiger Fischerei (MSC)

KW	18	30.04.18	01.05.18	02.05.18	03.05.18	04.05.18
				Nudeln (A) in Tomaten-Sahne-Soße (G) mit Sonnenblumenkernen und Parmesan (G)	Salzkartoffeln (G) mit Spinat und Röhrei (C)	Pizza Margarita (A) würzige Tomatensoße, Mais und Oregano überbacken mit Gouda (G)
		Ferientag ***** keine Mittagsverpflegung	Feiertag	Nudeln (A) in Tomaten-Sahne-Soße (G) mit Hähnchenbrust dazu Sonnenblumenkerne und Parmesan (G)	Fischstäbchen (A,D) (Seelachs) mit Spinat und Salzkartoffeln	Pizza Salami (A) fruchtige Tomatensoße, Salami (Pute), Tomaten und Oregano überbacken mit Gouda (G)
				Ein Stück Obst (Apfel oder Banane)	Ein Stück Obst (Apfel oder Banane)	Ein Stück Obst (Apfel oder Banane)

A Glutenhaltiges Getreide
B Krebstiere
C Eier

D Fisch
E Erdnüsse
F Soja

G Milchprodukte
H Schalenfrüchte
I Sellerie

J Senf
K Sesamsamen
L Schwefeldioxid und Sulphite

M Lupinen
N Weichtiere

Änderungen vorbehalten