GYMNASIUM RAHLSTEDT

Gymnasium Rahlstedt

18.09. bis 22.09.2023

Alraune gGmbH Schulgastronomie

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Fit-Menü	PASTA ALFREDO: Nudeln* in Käsesoße mit kleinen Brokkoliröschen (A,,M,S)	SOJA-GESCHNETZELTES mit Wurzelgemüse und Kräuterspätzle (M,S,K)	CRESPELLE mit SPINAT-RICOTTAFÜLLUNG (gefüllte Pfannkuchen mit Käse gratiniert) (E,A,M)	KAROTTEN-CREME-SUPPE mit parboiled Reis* (A,M,N)	FISCHSTÄBCHEN mit Butter-Erbsen* und Kartoffel*-Stampf (A,F,M)
Veggi-Menü	PASTA* mit Kürbisrahm und frischen Kräutern (A,M)	GEMÜSE TIKKA MASALA: Blumenkohl, Zucchini und gelbe Möhre in Joghurt*-Curry-Marinade, dazu Couscous* (A,M)	SPÄTZLEPFANNE mit Räuchertofu, Wirsing und Möhren in Rahm (A,D,E,M)	PASUL - ALBANISCHE BOHNENSUPPE mit Petersilie und Fladenbrot (A,S,H)	KNUSPERSTICKS (Gemüse-Käse-Stäbchen) mit Buttererbsen und Kartoffelstampf* (E,A,M,S)
Buffet	Weitere, abwechslungsreiche Gemüse- und Sättigungsbeilagen am warmen Buffet				
Salat	Vielfältige Auswahl an Salaten, Knabbergemüse und Dressings am Salatbuffet				
Dessert	frisches Obst der Saison	Stracciatella-Joghurt* (M,N)	Obstsalat der Saison	frisches Obst der Saison	frisches Obst der Saison

DE-ÖKO-039

***ALRAUNE IST BIO-ZERTIFIZIERT**

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

gluten- und laktosefreie 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