

FriendlyKitchen Speiseplan

11.03.2024 -15.03.2024

Wöchentlicher Essensplan für Gymnasium Osterbek

	Menü 1	Menü 2	Nachtsch	Salatbar	Salatteller vom Tresen abholen	Bitte
					Bitte bestellen! 2,80 €	
Montag	Reis-Curry-Pfanne mit Hähnchen und Gemüse	Gemüsefrikadelle, Röstkartoffeln, Kräuterdip, Karotten	Obst	Tomatensalat	Bitte vorbestellen	
	S	M,E,S				
Dienstag	paniertes Fischfilet, Kartoffeln, Dillsoße, Erbsen	vegetarische Bolognese	Obst	Gurkensalat	Bitte vorbestellen	
	A, M	S,A		M		
Mittwoch	Rinderfrikadelle, Kartoffelgratin, Brokkoli	Käsespätzle mit Röstzwiebeln	Joghurt mit Beeren	Karottensalat	Bitte vorbestellen	
	S, D	M	M			
Donnerstag	Wurstgulasch mit Spätzle	Semmelknödel mit Champignonragout und Kräutern	Pudding	Kichererbsensalat	Bitte vorbestellen	
		A	M			
Freitag	Falafel mit Gemüse-Couscous mit Currydip	Kaiserschmarrn mit Apfelmus	Obst	gemischter Salat	Bitte vorbestellen	
	M	A, M		M		

Allergene: A - Gluten, B - Krebstiere, C - Erdnüsse, D - Soja, E - Eier, F - Fisch, H - Sesam, K - Senf, M - Milch, N - Schalenfrüchte, O - Sulfid/ Schwefeldioxid

P - Lupine, S - Sellerie, T - Weichtiere

Zusatzstoffe: 1 - Farbstoff, 2 - Konservierungsstoffe, 3 - Antioxidationsmittel, 4 - Geschmacksverstärker, 5 - Geschwefelt, 6 - Geschwärzt, 7 - Gewachst

8 - Phosphat, 9 - Süßungsmittel, 10 Phenylalanin