

21.05. -25.05.2018

## Wöchentlicher Essensplan Gymnasium Osterbek täglich frische Salatbar

	Menü 1	Menü 2	Nachtisch	Salatteller Bitte vom Tresen abholen
				Bitte bestellen 2,80 €
<b>Montag</b>				
<b>Dienstag</b>	Fischfilet natur mit Zucchini Reispfanne dazu Dillquark	Nudelauflauf mit Feta und Gemüse	Obst	Salat
	F, M	A Weizen, M,S		
<b>Mittwoch</b>	Hähnchenfleisch "Gyros Art" mit Kartoffelecken und Krautsalat, Dip	Spargelsuppe mit Croutons und Brot	Joghurtcreme mit Limette	Salat
	A Weizen, M,	M, A Weizen,	M	
<b>Donnerstag</b>	Bratwurst und Kartoffelsalat	Griesbrei mit Früchten Reispfanne mit Gemüse	Obst	Salat
	E, A Weizen, O, S	A Weizen, M		
<b>Freitag</b>	Vegetarischer Bauerntopf mit Brot	Gefüllte Paprika mit Couscous und Käse überbacken dazu Kräuterquark	Pudding	Salat
	A Weizen, M,	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

28.05. -01.06.2018

## Wöchentlicher Essensplan Gymnasium Osterbek täglich frische Salatbar

	Menü 1	Menü 2	Nachtisch	Salatteller Bitte vom Tresen abholen
				Bitte bestellen 12,80 €
<b>Montag</b>	klare Gemüsesuppe mit Nudleinlage , Brot	Chili sin carne , Naturreis	Obst	Kopfsalat mit Joghurtdressing
<b>Dienstag</b>	Rinder-Gemüsegulasch ,dazu Kartoffeln	Gemüsegulasch , dazu Kartoffeln	Joghurt mit Erdbeeren	Mais, Eisberg, Tomaten, Gurken
<b>Mittwoch</b>	Hähnchenbrust mit süß-saurer Soße, Pommes, Paprika-Karottengemüse	Maiscremesuppe , Vollkornbrot	Obst	Mischsalat mit Eisberg, Karotten, Paprika, Gurken
<b>Donnerstag</b>	Fischfrikadelle , Kartoffelecken, Dilldip	Bunte Nudeln, mit Pesto Rucola und Tomaten	Pudding	Gurkensalat mit Joghurt
<b>Freitag</b>	Spagetti Bolognese , dazu bunte Nudeln	Gemüse-Kartoffelpfanne mit Zucchini, Paprika, Karotten, Porree	Obst	gemischte Salatbar
	A Weizen, M,	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