

12.11. -16.11.2018

## Wöchentlicher Essensplan Gymnasium Osterbek

	Menü 1	Menü 2	Nachtisch	Salatbar	Salatteller Bitte vom Tresen abholen
					Bitte bestellen 12,80 €
<b>Montag</b>	Kartoffel- Brokkoli - Gratin	Reis - Gemüsepfanne , Dip	Fruchtjoghurt	Oliven, Paprika, Gurken, Karotten	Salat
	A	D:C:H:S	M		
<b>Dienstag</b>	Hähnchengemüsecurry , Reis	Karotteneintopf, Vollkornbrötchen	Obst	gemischter Salat	Salat
	A:M:S:D	A			
<b>Mittwoch</b>	Frikadelle , Kartoffeln, Blumenkohl, Rahmsoße	Backkartoffel, Sour cream , Salat	Pudding	Karotten - Apfelsalat	Salat
	A:M	M	M		
<b>Donnerstag</b>	Tomatensuppe mit Fleischklößchen, Reis, Brot	Backkäse, Kartoffelecken , Salat , Dip	Obst	Gurke , Mais , Tomate, Eisberg	Salat
	A	M			
<b>Freitag</b>	Fischfilet , unpaniert , Püree und Zucchini Gemüse in Rahm	Zucchini gefüllt mit Couscous	Fruchtcreme	gemischter Salat	Salat
	A M	M;A	M		

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

19.11. -23.11.2018

## Wöchentlicher Essensplan Gymnasium Osterbek

	Menü 1	Menü 2	Nachtisch	Salatbar	Salatteller Bitte vom Tresen abholen
					Bitte bestellen! 2,80 €
<b>Montag</b>	Hackbällchenpfanne mit frischem Gemüse , Reis	Gemüsepfanne mit frischem Gemüse , Reis	Quark mit Früchten	Salat	Salat
<b>Dienstag</b>	Putenschnitzel, Kartoffeln, Mischgemüse in Rahm	Gemüsesuppe mit Zucchini, Paprika, Karotten, Crouton dazu Brot	Obst	Salat	Salat
<b>Mittwoch</b>	Hühnersuppe mit Reis, Brot	Gemüselasagne	Pudding	Salat	Salat
<b>Donnerstag</b>	Fischfilet paniert, Püree, Kohlrabi-Karotten Gemüse	Zucchini schnitzel , Püree , Kohlrabi - Karottengemüse	Obst	Salat	Salat
<b>Freitag</b>	Eierpfannkuchen, Vanillesoße	Nudel- Gemüseauflauf	Obst	Salat	Salat

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

26.11. -30.11.2018

## Wöchentlicher Essensplan Gymnasium Osterbek

	Menü 1	Menü 2	Nachtsch	Salatbar	Salatteller Bitte vom Tresen abholen
					Bitte bestellen 12,80 €
<b>Montag</b>	Nudeln mit drei verschiedenen vegetarischen Soßen	Nudeln mit drei verschiedenen vegetarischen Soßen	Obst	Salat	Salat
<b>Dienstag</b>	Geschnetzeltes , Reis	Gemüsecremsuppe, Brot	Pudding	Salat	Salat
<b>Mittwoch</b>	Bauerntopf mit Rindfleisch	Gemüseschnitzel mit frischen Kartoffelecken, Kräuterquark	Obst	Salat	Salat
<b>Donnerstag</b>	Mussaka mit Rinderhack und Kartoffeln	vegetarische Paprikaschoten in Tomatensoße , Reis	Fruchtjoghurt	Salat	Salat
<b>Freitag</b>	Kohleintopf mit Fleischeinlage, Brot	Kartoffelpuffer mit Apfelmus oder Kräuterquark	Obst	Salat	Salat

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