

# SPESIPLAN GYMNASIUM



## September 2020

Woche	Essen	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
31.08.	I	<b>Nudelsuppe</b> mit Rindfleisch und Gemüse Roggenbrötchen, Pudding a1,F,Gl	<b>1 Backfischsuppen</b> Senf-Kräuter-Soße, Kartoffeln dazu Balkansalat a1,C,F,Gl	<b>Vorsuppe</b> Kartoffelcremesuppe 2 Hefekloße mit heißen Zimtpflaumen a1,C,G	<b>Rührei</b> mit Rahmspinat und Kartoffeln dazu Obst a1,C,F,Gl,J	<b>Putenbraten</b> mit Erbsengemüse, Soße dazu Kartoffelpüree a1,F,Gl,J
	II	<b>Gemüsefrikadelle</b> mit Rahmsauce, Kartoffeln dazu Pudding a1,F,Gl,J	<b>Zucchiniplafane</b> Gehacktes, Zucchini, Tomatens, dazu Nudeln, Obst a1,F,I	<b>2 Königsberger Klöße</b> mit Kapernsoße, Kartoffeln Rote Beete Salat 10,5,a1,C,F,Gl	<b>Hähnchensteak mit Soße</b> dazu bunte Karotten und Salzkartoffeln a1,C,F,Gl,J,10	<b>Fischburger</b> Petersiliensoße, Kartoffel- püree, Bohrensalet a1,C,F,Gl
04.09.	III	<b>Salatplatte</b> mit verschiedenen Beilagen, Dress.Brötchen a1,C,Gl,LX	<b>Salatplatte</b> mit verschiedenen Beilagen, Dress.Brötchen a1,C,Gl,LX	<b>Salatplatte</b> mit verschiedenen Beilagen, Dress.Brötchen a1,C,Gl,LX	<b>Salatplatte</b> mit verschiedenen Beilagen, Dress.Brötchen a1,C,Gl,LX	<b>Salatplatte</b> mit verschiedenen Beilagen, Dress.Brötchen a1,C,Gl,LX
	I	<b>Erbseneintopf</b> 9,a1,F,I Kasselerfleisch, Kartoffelwürfel Vollkornbrot, Quarkspeise	<b>Vorsuppe</b> Nudelsuppe 4 Kartoffelpuffer mit Apfelsmus a1	<b>Hähnchenbrust Piccata</b> mit Käsepanade, Tomatensoße Spaghetti, Rohkostsalat a1,G,F,I	<b>Kräuterquark</b> mit Salzkartoffeln Obst g,F,J	<b>gedünsteter Seelachs</b> in Dillsoße mit Salzkartoffeln Karottenrohkost 5,a1,C,F,Gl
07.09.	II	<b>Käsetortellini</b> mit Käsesauce dazu Chinakohl mit Dressing, Quarkspeise a1,I,F	<b>gedünstetes Putenfilet</b> mit Rahmsauce dazu Pariser Karotten,Kartoffeln, Obst a1,I,F	<b>Reissuppe mit Eierstich</b> Gemüse- und Reiseinlage Brötchen, Obstsalat a1,C,F,Gl	<b>Paprikarahmschmitzel</b> mit Paprikarahmsauce dazu Reis, Farmerasalat a1,C,F,Gl	<b>Gehacktesoße</b> Champignons, Gabelspaghetti Gurkensalat a1,F,Gl
	III	<b>Salatplatte</b> mit verschiedenen Beilagen, Dress.Brötchen a1,C,Gl,LX	<b>Salatplatte</b> mit verschiedenen Beilagen, Dress.Brötchen a1,C,Gl,LX	<b>Salatplatte</b> mit verschiedenen Beilagen, Dress.Brötchen a1,C,Gl,LX	<b>Salatplatte</b> mit verschiedenen Beilagen, Dress.Brötchen a1,C,Gl,LX	<b>Salatplatte</b> mit verschiedenen Beilagen, Dress.Brötchen a1,C,Gl,LX
14.09.	I	<b>Frischer Möhrenintopf</b> mit Petersilie, Kartoffeln, Brötchen, Joghurt a1,F,G	<b>Kartoffel-Brokkoli-Gratin</b> mit Käse überbacken dazu Obstsalat a1,I,F,C	<b>Frikadelle</b> mit Soße, Schwarzwurzeln Salzkartoffeln a1,C,F,Gl,10	<b>Deftiger Wurstgulasch</b> Butternudeln dazu Eisbergsalat mit Dressing a1,G,F,I	<b>Seelachsfilet paniert</b> Petersiliensoße, Kartoffeln dazu Gurkensalat a1,F,Gl,J,C
	II	<b>Hühnerfrikasee</b> holländische Soße, Gemüse- reis, Joghurt a1,I,F,G	<b>Paniertes Schntzel</b> Soße, Kartoffeln, Rohkostsalat a1,F,Gl	<b>Vanillereisbrei</b> mit Zucker und Zimt dazu Apfelsmus a1,G	<b>2 gekochte Eier</b> mit Senfsoße, Kartoffeln dazu Rote Beete Salat a1,10,F,Gl	<b>Hähnchenbrust natur</b> mit Geflügelsoße, Leipz. Allerlei, Kartoffeln a1,F,Gl,10
18.09.	III	<b>Salatplatte</b> mit verschiedenen Beilagen, Dress.Brötchen a1,C,Gl,LX	<b>Salatplatte</b> mit verschiedenen Beilagen, Dress.Brötchen a1,C,Gl,LX	<b>Salatplatte</b> mit verschiedenen Beilagen, Dress.Brötchen a1,C,Gl,LX	<b>Salatplatte</b> mit verschiedenen Beilagen, Dress.Brötchen a1,C,Gl,LX	<b>Salatplatte</b> mit verschiedenen Beilagen, Dress.Brötchen a1,C,Gl,LX

**Bitte wenden !!**

# SPEISEPLAN GYMNASIUM

21.09.	I	<b>Reiseintopf mit Eierstich</b> frischem Gemüse dazu Roggenbrötchen, Pudding a1,l,f,g	<b>Eieromelett</b> auf Rahmspinat mit Salzkartoffeln, Obst a1,f,g	<b>Nudelauflauf</b> mit Tomatensoße dazu Chinakohl mit Dressing a1,g,l,j	<b>2 Königsberger Klopse</b> Möhren-Kohlrabi-Gemüse Kartoffeln, Obst f,g,l,j,10	<b>4 Fischstäbchen</b> Senfsoße, Kartoffelpüree Kartoffelsalat a1,f,l
	II	<b>Kasselerücken</b> auf Sauerkraut, Kartoffelpüree Senf, Pudding a1,f,g,l	<b>Bolognese Fleisch Soße</b> Spaghetti und Parmesan­käse dazu Obst a1,f,g,l	<b>Thüringer Bratwurst</b> auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree Senf a1,5,f,g,l,j	<b>Griesbrei</b> mit Zucker und Zimt dazu Pflirsichkompott a1,g	<b>Gebäutener Fleischkäse</b> mit Soße, Bohnen­gemüse Salzkartoffeln a1,c,f,g,l,j
25.09.	III	<b>Salatplatte</b> mit verschiedenen Beilagen, Dress.Brötchen a1,c,g,l,u,x	<b>Salatplatte</b> mit verschiedenen Beilagen, Dress.Brötchen a1,c,g,l,u,x	<b>Salatplatte</b> mit verschiedenen Beilagen, Dress.Brötchen a1,c,g,l,u,x	<b>Salatplatte</b> mit verschiedenen Beilagen, Dress.Brötchen a1,c,g,l,u,x	<b>Salatplatte</b> mit verschiedenen Beilagen, Dress.Brötchen a1,c,g,l,u,x
	I	<b>Thüringer Kartoffelsuppe</b> 1 Wiener Würstchen, Vollkorn- brot, Quarkspeise a1,l,f,g	<b>Vorsuppe (Tomatensuppe)</b> 2 Hefeküöße mit heißen Heidelbeeren a1,l,f,c	<b>Putenschnitzel</b> mit Soße, Pariser Karotten, Salzkartoffeln a1,c,f,g		
28.09.	II	<b>Panierter Fetakäse</b> Tomatensoße, Risotto, Gurken- salat, Quarkspeise a1,l,f,g	<b>Schweinesteak "Zigeuner Art"</b> mit Zigeuner­soße, Risotto und Partysalat a1,f,l	<b>Schupfnudel-Gemüsepfanne</b> mit Rahmsoße dazu Obst a1,f,g,l		
	III	<b>Salatplatte</b> mit verschiedenen Beilagen, Dress.Brötchen a1,c,g,l,u,x	<b>Salatplatte</b> mit verschiedenen Beilagen, Dress.Brötchen a1,c,g,l,u,x	<b>Salatplatte</b> mit verschiedenen Beilagen, Dress.Brötchen a1,c,g,l,u,x		
30.09.	III	<b>Salatplatte</b> mit verschiedenen Beilagen, Dress.Brötchen a1,c,g,l,u,x				

## Zusatzstoffe

- |  |  |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>1) mit Farbstoff</li> <li>2) mit Konservierungsstoff</li> <li>3) mit Geschmacksverstärker</li> <li>4) mit Phosphat</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>5) mit Süßungsmitteln</li> <li>6) mit Antioxidationsmitteln</li> <li>7) gewachst</li> <li>8) kann Gräten enthalten</li> </ul> |
|--|--|

## Allergene:

- |  |  |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>A= Gluten</li> <li>a1= Weizen</li> <li>a2= Roggen</li> <li>a3= Gerste</li> <li>a4= Hafer</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>B= Krebstiere</li> <li>C= Eier</li> <li>D= Fisch</li> <li>E= Erdnüsse</li> <li>F= Soja</li> </ul> |
|--|--|

- |   |  |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>G= Lactose</li> <li>h1= Milch</li> <li>h2= Haselnüsse</li> <li>h3= Wallnüsse</li> <li>h4= Kaschunüsse</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>h5= Pecannüsse</li> <li>h6= Paranüsse</li> <li>h7= Pistazien</li> <li>h8= Macadamia</li> <li>I= Sellerie</li> </ul> |
|---|--|

**Hotline für zu-und Abbestellungen : Tel. 03621 / 5144612 o. 613 Fax 03621/ 5144629**

Allergenen enthalten

X= kann Spuren von

- 9) mit Nitrtpökelsalz
- 10) gebunden mit Johannis­kern-  
mehl oder Quarkermehl