



# SPEISEPLAN VOM 20.09. – 24.09.2021 Marion Dönhoff Gymnasium

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Gurken + Möhren	Gemischter Salat (Eisberg, Ruccola, Gurken, Mais,) mit Vinaigrette 5	Gurkensalat 5	Kichererbsensalat 5	Bunter Salat (Eisberg-, Feldsalat, Lollo Rosso, Rote Zwiebeln, Möhren,) mit Joghurtdressing M
Vollkorn Penne <small>G (Weizen)</small> mit Gemüsecarbonara (Möhren, Sellerie, Lauch, Porree) <small>Sel, M</small>	Hühnerfrikassee (Hähnchenbrust, Möhren, Erbsen) <small>G (Weizen), M</small> mit Reis  *VEG: Gemüse-Linsenfrikassee (Rote Linsen, Möhren, Erbsen, Blumenkohl) <small>G (Weizen), M</small> mit Reis	Seelachsfilet Bordelaise <small>F, G (Weizen)</small> mit Petersilienkartoffeln  *VEG: Gemüsesticks <small>E, G (Weizen)</small> mit Petersilienkartoffeln	Pad Thai gebratene Asia Nudeln <small>G (Weizen), So, E</small>	Bauernomelette (Kartoffeln, Paprika, rote Zwiebeln, Eier) <small>E</small> mit Gewürzgurke 5, 9
Apfel	Joghurt mit Honig M	Banane	Quark mit Schokostreuseln <small>M, I, 9, N (Haselnüsse, Pistazien)</small>	Schokopudding 9, 2, M
				

Änderungen vorbehalten.



Die Menüs mit dem - Logo entsprechendem „DGE-Qualitätsstandard für die Schulverpflegung“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft

für Ernährung e.V. zertifiziert (ausgenommen die mit \* gekennzeichneten Gerichte).

#### Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe:

- 1 = mit Farbstoff
- 2 = mit Konservierungsstoff
- 3 = mit Antioxidationsmittel
- 4 = mit Geschmacksverstärker
- 5 = geschwefelt
- 6 = geschwärzt
- 7 = gewachst
- 8 = mit Phosphat
- 9 = mit Süßungsmittel
- 10 = enthält eine Phenylalanin-Quelle

#### Allergene:

- G = Glutenhaltige Getreide (z.B. Weizen, Roggen, Gerste, Hafer und Dinkel)
- K = Krebstiere
- E = Eier
- F = Fisch
  
- Er = Erdnüsse
- So = Soja
- M = Milch (einschließlich Laktose)
  
- N = Nüsse (Haselnüsse, Mandeln, Pekannüsse, Cashew, Pistazien, Walnüsse, Macadamia)
- Sel = Sellerie
- Sen = Senf
- Ses = Sesamsamen
- Sch = Schwefeldioxid und Sulfine
  
- L = Lupinen
- W = Weichtiere

