



SPEISEPLAN VOM 17.01. - 21.01.22 Marion Dönhoff Gymnasium

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Gemischter Salat (Eisberg, Feldsalat, Paprika, Gurken, Möhren) mit Vinaigrette 5	Kohlrabi, Radieschen, Gurken	Möhrensalat	Grüner Salat mit Mandeln und Zitronendressing 5, N (Mandeln)	Gurkensalat
Tomatensuppe M mit Vollkornreis	Putenbraten (Putenbrust) mit Bratensauce G (Weizen), Sel, E, M, Sen, So, 9 mit Möhren, Erbsen und Kartoffeln *VEG: Tofubraten G (Weizen), Sel, E, M, Sen, So, 9	Käsetortellini M, G (Weizen), E in Tomatenrahmsauce M, G (Weizen)	Vegetarisches Curry (Süßkartoffeln, Kichererbsen, Möhren, Kokosmilch) auf Reis	4 Fischstäbchen (Seelachs) G (Weizen), F, E mit Kartoffelstampf M *VEG: Gemüsefrikadelle (G (Weizen), E) mit Kartoffelstampf M
Quark mit Kekstopping M, G (Weizen, Hafer), E	Apfel	Joghurt mit Vollkornhaferflocken M, G (Hafer)	Vanillepudding M, 2, 9	Mandarine

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