



# Speiseplan Schulkantine Karls gymnasium



Tag	09.10. - 13.10.17	16.10.-20.10.17	23.10.-27.10.17	30.10.-03.11.17
<b>Montag</b>	Pasta (a Weizen) mit Brokkoli-Frischkäsesauce (g, f) herbstlicher Salat Obst	Pasta (a Weizen) mit Tomaten-Basilikumsauce herbstlicher Salat Obst	Gnocci (a Weizen) mit Käsesauce (g,f) und Kirschtomaten herbstlicher Salat, Nachtisch Obst	<i>Ferien</i>
<b>Dienstag</b>	Mediterrane Zucchini-Tomaten- Pfanne mit Putenfleisch und Reis Nachtisch Früchtejoghurt (g,f) mit Crunchy (a Weizen)	Mildes Gemüse-Kokos-Curry mit Kichererbsen und Reis Nachtisch Quark mit Früchten	Tortilla mit Kartoffeln und Paprika (g,c) herbstlicher Salat Nachtisch Apfelmus	<i>Ferien</i>
<b>Mittwoch</b>	Chili con Carne vom Rind vegetarisch Chili sin Carne dazu Baguette (g Weizen) und Gurkensalat Nachtisch Obst	Hähnchen vom Blech mit Wurzelgemüse vegetarisch: Gemüse vom Blech mit Quarkdip (g,f) Nachtisch Obst	Currywurst vom Rind Kartoffelwedges, dazu Gemügesticks vegetarisch Kartoffelwedges mit Salsa aus gebratenen Paprika und Schafskäse (g) Nachtisch Obst	<i>Ferien</i>
<b>Donnerstag</b>	Ofenkartoffel mit Kräuterquark (g, f) dazu Gemügesticks Nachtisch Vanillepudding (a Weizen, g)	Rahmspinat mit Salzkartoffeln und gekochtem Ei Nachtisch Apfelmus	Süßkartoffelauflauf (g,f) Nachtisch Quarkspeise	<i>Ferien</i>
<b>Freitag</b>	<b>Happy Friday :)</b> Burger Tag (a Weizen)	<b>Happy Friday :)</b> Pizza Tag (a Weizen,g)	<b>Happy Friday :)</b> Burger Tag (a Weizen)	<i>Ferien</i>

Allergene: a=glutenhaltiges Getreide, b= Krebstiere u. Erzeugnisse, c=Eier und Eierzeugnisse, d= Fisch und Fischerzeugnisse, e= Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse, f= Sojabohnen und Erzeugnisse, g= Milch und Milcherzeugnisse, h= Schalenfrüchte, (Mandeln,Haselnüsse, Cashew, Pekannüsse, Paranüsse, Pistazien, Macadamianüsse), i=Sellerie und Sellerieerzeugnisse, k= Senf und Senferzeugnisse, l= Sesam und Sesamerzeugnisse, m=Schwefeldioxid und Sulphite, n= Lupinen und Lupinenerzeugnisse, o= Weichtiere und Erzeugnisse

Preis pro Gericht: 4,50 Euro. Wir kochen täglich frisch und verwenden keinerlei Zusatzstoffe, Konservierungsstoffe oder Geschmacksverstärker. Für Vegetarier täglich ein vegetarisches Gericht erhältlich, Nahrungsmittelunverträglichkeiten einzelner Schüler werden auf Wunsch berücksichtigt.