



Speiseplan Karls gymnasium



Tag	22.01. - 26.01.2018	29.01. - 02.02.2018	05.02. - 09.02.2018	12.02. - 16.02.2018
Montag	Hausgemachtes Kartoffelpüree (g) mit Rahmspinat (g) und Ei (c) Nachtisch Apfelmus	Hackfleischbällchen (a,c) vom Rind in Tomatensauce mit Reis vegetarisch Bratlinge (a) gemischter Salat Nachtisch Obst	Pasta (a) mit Pesto-Sauce "Mediterran" gemischter Wintersalat Nachtisch Obst	Ferien
Dienstag	Schinkennudeln (g) dazu Tomatensauce Vegetarisch Nudeln mit Tomatensauce gemischter Salat	Veggie-Lasagne (a,g) Karotten-Apfel-Salat Nachtisch Joghurt mit Crunchy	Nudelauf mit Hackfleisch (a,g) vegetarisch Nudelauf mit Pilzen und Erbsen mit Käse (g) überbacken gemischter Wintersalat Nachtisch Obst	Ferien
Mittwoch	Putenschnitzel paniert (a,c) mit Kartoffel-Gurkensalat Nachtisch Obst	Currywurst mit Kartoffelwedges Kräuterquark (g) Gurkensticks Vegetarisch Kartoffelwedges mit Kräuterquark (g) und Gurkensticks Nachtisch Obst	Kartoffel-Kohlrabi-Gratin (g) Rote-Beete-Apfel-Salat Nachtisch Fruchtjoghurt	Ferien
Donnerstag	Käsespätzle (g,c) mit gemischtem Wintersalat Nachtisch Chiapudding mit Mandelmilch (h)	Süßkartoffelcurry in Kokosmilch mit Basmatireis Nachtisch Obstsalat	Hähnchenpfanne mit Gemüse dazu Reis Vegetarisch Reispfanne mit Gemüse Nachtisch Vanillepudding (a,g) mit Beeren	Ferien
Freitag	Happy Friday :) Burger Tag (a, g)	Happy Friday :) Pizza Tag (a, g)	Happy Fishday :) Fischstäbchen (a) mit Pommes vegetarisch Pommes mit Quarkdip (g) dazu Gemüsesticks	Ferien

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, Pekanüsse, Paranüsse, Pistazien, Macadamianüsse), i = Sellerie und Sellerieerzeugnisse, k = Senf und Senferzeugnisse, l = Sesam und Sesamerzeugnisse, m = Schwefeldioxid und Sulphite, n = Lupinen und Lupinerzeugnisse, 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.