



Speiseplan Karls gymnasium



Tag	11.06.-15.06.18	18.06.-22.06.18	25.06.-29.06.18	02.07.-06.07.18
Montag	Pasta mit Tomatensauce und Basilikum (a,g) Frühlingsalat Quarkspeise (g) mit Erdbeeren	Rinderbratwurst mit Kartoffelwedges vegetarisch Kartoffelwedges mit Kräuterquark (g) und Gemüsesticks Joghurt (g) mit Früchten	Griechische Kartoffeln in Tomatensauce mit Fetakäse Gurkensalat Obst	Pasta mit mediterranem Gemüsesugo (a) Sommersalat mit Melone Bananenmilchshake (g)
Dienstag	Ofenkartoffeln mit Kräuterquark (g) Gemüsesticks Wassermelone	Gemüse-Thaicurry mit Reis Chia-Kokos-Creme (g) mit Himbeersauce	Cous-Cous-Bohnenpfanne mit Hackfleischbällchen (a,c) vegetarisch Bohnenpfanne mit CousCous (g) Rote-Beete-Apfel-Salat mit Sonnenblumenkernen Vanillecreme (g)	Gebackener Fisch mit Kartoffelbrei (a,c,g) vegetarisch Rote Beete-Gemüse in Sahnesauce mit Kartoffelbrei (g) Gurkensticks Obst
Mittwoch	Vegetarische Pflanzlerl (a,c) auf Kohlrabigemüse (g) Sommersalat Steckerleis	Putenwiener mit Kartoffel-Gurkensalat und Radieserl vegetarisch Gemüsemaultaschen (g,c) Erdbeer-Smoothie (g)	Karotten-Ingwersuppe mit Sesam Aprikosenkuchen vom Blech (a,c,g)	Pasta in Zitronensauce mit gebratenen Zucchini (a,g) Sommersalat Himbeersmoothie (g)
Donnerstag	Gebratene Hähnchenkeule mit Reis in Tomatensauce vegetarisch gebackener Schafskäse (a,c,g) Frühlingsalat Nachtisch Obst	Pasta mit Putenbruststreifen in Paprikasauce vegetarisch mit knusprigen Kartoffelcroutons	Kartoffel-Blumenkohl-Auflauf (g) mit Schinken vegetarisch ohne Schinken Sommersalat Früchtekompott	Putengyros mit Reis und Gurken-Tsatsiki vegetarisch gebackene Zucchini Rote Grütze mit Beeren
Freitag	Pizzabaguette (g) mit Tomaten, Salami, Mais und Mozzarella (g) überbacken vegetarisch ohne Salami Joghurt mit Heidelbeeren	Pfannkuchensuppe (a,c,g) Grießbrei mit Pfirsich (a,g)	Happy Friday Burger Tag mit Rindfleisch und vegetarisch (a) Obst	Nudelsalat mit Mais, Tomaten, Gurke, (a,g) Eis

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 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.