



# Speiseplan Schulkantine Karls gymnasium



Tag	11.09.-15.09.17	18.09.-22.09.17	25.09.-29.09.17	01.10.-06.10.17
Montag	Ferien	Pasta (a) mit Ratatouille-Sauce Quarkspeise(g) mit Früchten	Pasta (a) mit Gemüserahmsauce (g), Sommersalat Quark-Kirschdessert (g)	Veggie-Lasagne (g,a) Sommersalat Obst
Dienstag	<b>1. Schultag- Info für die Eltern der 5.Klassen in der Mensa</b>	Gnocchi (a) in Spinat-Frischkäse-Sauce (g) Sommersalat Obst	Kartoffel-Blumenkohl-Auflauf mit Käse überbacken (g) Gemüsesticks Schokopudding (a,g)	Feiertag Tag der deutschen Einheit
Mittwoch	Pasta(a) mit Bolognesesauce (Rinderhackfleisch) Sommersalat vegetarisch: vegetarische Bolognese Nachtisch Obst	Hähnchenpfanne mit Couscous (a) vegetarisch: Falafel (g) mit Couscous(g) und Bohnen Karottensalat Früchtejoghurt(g)	Putenrahmgeschnetzeltes (g) mit Erbsen und Bulgur (a) vegetarisch: Bulgur (a) mit Gemüserahmsauce (g) Obst	Fleischpflanzerl mit Kartoffelpüree und Würziger Sauce vegetarisch: vegetarische Pflanzlerl mit Kartoffelpüree und würziger Sauce Pflaumenkompott
Donnerstag	Asiatisches Gemüsecurry in Kosokosmilch mit Basmatireis Nachtisch Joghurt (g) mit Pfirsichen	Ofenkartoffel mit Kräuterquark(g) Gemüsesticks Obst	Putenwiener mit Kartoffel-Gurkensalat vegetarisch: vegetarische Pflanzlerl (a) mit Kartoffel-Gurkensalat Fruchtjoghurt (g) mit Crunchy (a)	Kohlrabischnitzel paniert (a) mit Tomatensauce dazu Reis Früchtejoghurt (g)
Freitag	Happy Friday :) Burger Tag Belege Deinen Burger selbst nach Wahl Fleisch oder Veggie	Happy Friday :) Pizza Tag	Happy Friday :) Burgertag Belege Deinen Burger selbst nach Wahl Fleisch oder Veggie	Happy Friday :) Pizza Tag

Allergene: a=glutenhaltiges Getreide, b= Krebstiere u. Erzeugnisse, c=Eier und Eiererzeugnisse, 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.