

Speiseplan Semper Gymnasium Semperstraße

Woche vom 16. März 2020 bis 20. März 2020

	Montag, 16.03.20	Dienstag, 17.03.20	Mittwoch, 18.03.20	Donnerstag, 19.03.20	Freitag, 20.03.20
Essen 1	Cordon Bleu mit Pommes, Dip und buntem Salat A, B, D, 3, 6 5,00 €	Gebackenes Paprika-Sahne-Hähnchen auf Stampfkartoffeln D 4,90 €	Schollenfilet "paniert" mit Gartengemüse und Kräuterpüree A, B, C, D 5,50 €	Zwiebelrahmggeschnetztes auf Stampfkartoffeln D 4,80 €	Kassler mit Sauerkraut und Salzkartoffeln 3, 6 4,90 €
Essen 2	Gegrillte Hähnchenkeule mit buntem Nudelsalat A 4,50 €	Spirelli mit Wurstgulasch und Reibekäse A, D, 2, 3, 6 4,50 €	Lasagne mit Hackfleisch A, B, D, 2 4,80 €	2 Eier in pikanter Senfsoße (mit Schinken), dazu Salzkartoffeln und Rohkost B, D, G, 3, 6 4,50 €	Currywurst mit Pommes 3, 6, 10 4,50 €
Essen 3	Mediterraner Kartoffel-Gemüseauflauf mit Mozzarella D 4,00 €	Asiatisches Pfannengemüse auf Reis 4,00 €	2 Spiegeleier mit würzigen Kartoffelecken und Gurkensalat B 4,00 €	Milchreis mit Kirschen D 3,50 €	Spaghetti mit Grillgemüse und Parmesan A, D, 2 4,50 €
Essen 4	Salat mit Avocado, Granatapfel und Fetakäse, dazu gegrilltes Fladenbrot A, D 5,80 €	Frischer Salat mit gehobtem Parmesan und Pinienkernen D, E 5,00 €	Gemüsecremesuppe mit Räucherlachs und frischem Dill C, D 5,00 €	Italienisches Tomatensuppe mit Nudeln A 3,30 €	Gebratener Puten-Champignonspieß mit buntem Salat und Ciabattabrot A 4,80 €

Änderungen vorbehalten

1 mit Geschmacksverstärker, 2 mit Farbstoff, 3 mit Konservierungsstoff, 4 mit Nitritpökelsalz, 5 mit Nitrat, 6 mit Antioxidationsmittel, 7 geschwefelt, 8 geschwärzt, 9 gewachst, 10 mit Phosphat, 11 mit Süßungsmittel(n), 12 enthält eine Phenylalaninquelle

Allergenkennzeichnung: enthält A Glutenhaltige Getreide*, B Eier*, C Fisch*, D Milch (Laktose)*, E Schalenfrüchte*, F Sellerie*, G Senf*, H Soja* (* und Erzeugnisse daraus)