

Speiseplan Semper Gymnasium Semperstraße

Woche vom 23. März 2020 bis 27. März 2020

	Montag, 23.03.20	Dienstag, 24.03.20	Mittwoch, 25.03.20	Donnerstag, 26.03.20	Freitag, 27.03.20
Essen 1	Beefsteak mit gebackenem Blumenkohl und Stampfkartoffeln B, D 5,00 €	Steak mit frischen Champignons und Salzkartoffeln 5,00 €	Rostbrät'l mit würzigen Kartoffelecken, dazu 1 Gewürzgurke G 4,80 €	Matjesfilets in Dill-Joghurtsoße, dazu Salzkartoffeln und Rohkostsalat C, D 5,00 €	Hähnchenbrust "Hawaii", dazu fruchtige Currysoße und Stampfkartoffeln D, 2 4,90 €
Essen 2	Fischstäbchen mit Rahmspinat und Stampfkartoffeln A, B, C, D 4,50 €	Exotisch, scharfes Hähnchencurry auf Reis 4,80 €	Senfrahmgeschnetzeltes auf Reis G 4,50 €	Nudeln mit Hackfleisch und Feta gratiniert A, D 4,50 €	Griechisches Moussaka mit Hackfleisch D, 2 4,80 €
Essen 3	Gnocchi aus dem Ofen in Paprika-Tomatensoße A, D 4,00 €	Hausgemachte Pizza mit Tomate, Mozzarella und frischem Basilikum A, D 4,00 €	Ofenkartoffel mit Gurkenquark und buntem Salat D 4,00 €	Pfannengemüse auf Reis 3,80 €	Würziger Blattspinat mit Rührei und Salzkartoffeln A, B 4,00 €
Essen 4	Griechischer Bauernsalat mit Feta, dazu Ciabattabrot und Tzatziki A, D, 8 5,00 €	Kartoffelsuppe mit Wiener Würstchen 3, 6 4,30 €	Kartoffelpuffer mit Apfelmus und Zucker A, B, 6 3,50 €	Soljanka mit Brötchen A, 3, 6 4,50 €	Tomaten-Mozzarella-Türmchen mit Basilikumvinaigrette und Chiabattabrot A, D 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)