



Die Menüauswahl in Grün entspricht dem „DGE Qualitätsstandard für die Schulverpflegung“

Speisenplan der Mensa vom 23.10-27.10.2017 KW 43



## Menü 1

## Menü 2 vegetarisch/vegan

Montag

Hühnerfrikassee (Erbsen, Champignons)<sup>G</sup>, Bio-Reis<sup>I</sup>  
Eisbergsalat mit Paprika, Vinaigrette  
Dessert: Pfirsichquark<sup>G</sup>

Ofenkartoffel mit Kräuterquark<sup>G</sup>  
Eisbergsalat mit Paprika, Vinaigrette  
Dessert: Pfirsichquark<sup>G</sup>

Dienstag

Döner mit Hähnchenfleisch<sup>E</sup> im Fladenbrot<sup>A-Weizen, G, K</sup>  
Weißkohl, Tomate, Gurke, Eisbergsalat  
Joghurtsoße<sup>G</sup>  
Dessert: Obst

Döner mit veget. Gyros<sup>E, I, J</sup> im Fladenbrot<sup>A-Weizen, G, K</sup>  
Weißkohl, Tomate, Gurke, Eisbergsalat  
Joghurtsoße<sup>G</sup>  
Dessert: Obst

Mittwoch

Curryrindswurst<sup>C, G, J, 1, 2, 4, 8</sup> mit Tomaten-Currysoße  
Kartoffelwedges<sup>A-Weizen, H-Mandel, J, K</sup>  
Blattsalat mit Möhren, Joghurtdressing<sup>G</sup>  
Dessert: Schokopudding<sup>G</sup>

Gemüsefrikadelle<sup>A-Weizen, C, I</sup> mit Schnittlauchdip<sup>G</sup>  
Kartoffelwedges<sup>A-Weizen, H-Mandel, J, K</sup>  
Blattsalat mit Möhren, Joghurtdressing<sup>G</sup>  
Dessert: Schokopudding<sup>G</sup>

Donnerstag

Putensteak „natur“ mit Champignonsoße<sup>G, I</sup>  
Spätzle  
Romanasalat mit Tomaten, Essig-Öl Dressing  
Dessert: Obst

Lasagne mit Soja-Bolognese Soße<sup>A-Weizen, A-Gerste, E, I</sup>  
Romanasalat mit Tomaten, Essig-Öl Dressing  
Dessert: Obst

Freitag

Seelachsfilet in der Kartoffelpanade<sup>A-Weizen, D</sup>  
Kräutersoße<sup>G</sup>, Naturreis<sup>I</sup>  
Mais-Karottengemüse  
Dessert: Apfel-Zimt-Joghurt<sup>G</sup>

Kürbissuppe<sup>I</sup> mit gerösteten Kürbiskernen  
Vollkornbrötchen<sup>A-Weizen, K</sup>  
**vegan**  
Dessert: Apfel-Zimt-Joghurt<sup>G</sup>

An allen Tagen

Nudelbar: Bio-Nudeln<sup>A-Weizen</sup>, zwei verschiedenen Soßen stehen zur Auswahl (vegetarische und Fleischsoße)  
Salatbar: Frische Salate, frei gewählt, mit Baguette<sup>A-Weizen</sup> und zwei verschiedenen Salatdressings  
Die Allergendeklaration für die Salat- und Nudelbar finden Sie an der Ausgabetheke,



Zu jedem Essen gibt es ein Getränk( ein Glas Wasser)

**Das Mensa-Team wünscht all seinen Gästen einen guten Appetit!**

Diese Küche ist Bio-zertifiziert nach EG- Öko Verordnung (EG) 834/2007 DE-ÖKO-006

Winter1

Änderungen vorbehalten!