

**Montag**

**Dienstag**

**Mittwoch**

**Donnerstag**

**Freitag**

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Menü 1</b>	Vollkornspaghetti mit Linsen-Bolognese und geriebenem Hartkäse  GL/GL-W/LA/SL	Bio-Rinderhackbällchen mit Bratensoße dazu Bio-Erbsen und Schwenkkartoffeln  1/3/GL/GL-W	Kartoffel-Kürbiskern-Rösti mit Tomatenragout und Bio-Langkornreis  1/3/9/10/11/21/GL/GL-W/S/SL	Eieromelett mit Bio-Rahmspinat und Salzkartoffeln  3/8/EI/LA	Seelachs in Cornflakespanade (Alaska-Seelachs) mit Dillsoße, Bio-Karotten und Bio-Langkornreis  FI/LA
<b>Menü 2</b> vegetarisch/ vegan	Karottensuppe Hefeklöße mit Heidelbeerragout und Vanillesoße  1/EI/GL/GL-W/LA/SL	Gebratene Nudeln mit Asia-Gemüse und Ei und süß-saurer-Soße  1/3/EI/GL/GL-W/SL/SO	Kartoffel-Frischkäsetaschen mit Maisgemüse (Bio-Mais)  1/LA	Bio-Spirelli mit Bio-Brokkoli und Frischkäsesoße  GL/GL-W/LA	Gebratene Zucchini im Fladenbrot mit Tomate, Gurke und ein Joghurtdip  GL/GL-W/LA/SD/SE
<b>Salat</b> 	Gurkensalat mit Dill-Vinaigrette		Gemüsesticks		
<b>Dessert</b> 	Obst	Joghurt mit Pflaumenkompott  LA	Obst	Karamellpudding  1/LA	Obst

Die Zusatzstoffe und Allergene entnehmen Sie bitte dem Aushang.









**Quark, Joghurt und Milch wird in Bio-Qualität verwendet.**

Änderungen vorbehalten!

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.



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Menü 1</b>	Gekochte Eier mit grüner Soße "Frankfurter Art" und kleinen Kartoffeln  EI/LA	Vollkornnudeln mit Gemüsesoße (Tomaten, Paprika, Bio-Karotten und Kichererbsen)  1/3/GL/GL-W	Kartoffel-Lachsgratin mit heller Soße überbacken  1/3/FI/GL/GL-W/LA	Hühnerfrikassee (Bio-Hühnerfleisch) mit Bio-Mais und Kräuterris  1/3/GL/GL-W/LA	Bunter Gemüseeintopf mit Linsen, Karotten, Sellerie und Lauch und dazu Baguette   GL/GL-W/SL
<b>Menü 2</b> vegetarisch/ vegan	Blumenkohl-Knusperstern mit Kräutersoße und Kartoffelpüree  EI/GL/GL-W/LA	Buchstaben-Nudelsuppe Kartoffelpuffer mit Apfelsmus  3/EI/GL/GL-W/SD/SL	Vegetarische Tortellini mit Käse und Spinat gefüllt an fruchtiger Tomatensoße  GL/GL-W/LA	Gebratene Schupfnudeln mit leichter Käsesoße  1/3/GL/GL-W/LA	Pizza Margarita mit Tomate und Käse überbacken  GL/GL-W/LA
<b>Salat</b> 	Blattsalat mit Paprika und Essig Öl Dressing		Blattsalat mit Sauerrahmdressing  LA	Gemüsesticks	
<b>Dessert</b> 	Obst	Joghurt mit Waldbeeren  LA	Donut  GL-W/LA/SO	Pudding mit Schokoladengeschmack  LA	Obst
Die Zusatzstoffe und Allergene entnehmen Sie bitte dem Aushang.					

**Quark, Joghurt und Milch wird in Bio-Qualität verwendet.**

Änderungen vorbehalten!



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.



Vegan