

Menü 1

Menü 2 vegetarisch/vegan

Montag *Vollkornspaghetti mit Bolognesesoße (Rind)* ^{A-Weizen, I}
Gurkensalat, Schnittlauch-Vinaigrette
Dessert: Naturjoghurt mit Honig ^G

Kürbis-Chiasamen-Bratling, Tomatensalsa
Bio-Reis, Gurkensalat, Schnittlauch-Vinaigrette
Dessert: Naturjoghurt mit Honig ^G

Dienstag *Döner mit Hähnchenfleisch* ^E *im Fladenbrot* ^{A-Weizen, G, K}
Weißkohl, Tomate, Gurke, Eisbergsalat, Joghurtsoße ^G
Dessert: Obst

Döner mit veget. Gyros ^{E, I, J} *im Fladenbrot* ^{A-Weizen, G, K}
Weißkohl, Tomate, Gurke, Eisbergs., Joghurtsoße ^G
Dessert: Obst

Mittwoch *Bifteki (Rinderfrikadelle mit Schafskäsefüllung)* ^{C, G}
Djuvec-Reis (Tomaten, Bio-Erbesen) ^I
Aivar
Dessert: Schokopudding ^G

Tortellini mit Ricotta-Spinatfüllung ^{A-Weizen, C, G}
Tomatensoße ^I
Eisbergsalat mit Paprika und Essig-Öl-Dressing
Dessert: Schokopudding ^G

Donnerstag *Putensteak „natur“, Pilzrahmsoße* ^G,
Bio-Erbesen, gebackene Thymiankartoffeln
Dessert: Obst

Gemüsesuppe (Bio-Erbesen, Bio-Möhren, Bio-Lauch) ^{I, G}
Milchreis ^G *mit Kirschkompott*
Dessert: Obst

Freitag *Mediterrane Lachspfanne mit Bio-Zucchini,*
Paprika ^D, *Bio-Reis* ^I
Lollo-Bianco, Mais, Radieschen, Balsamicodressing
Dessert: Eis ^{G,1}

Kartoffeltasche mit Frischkäsefüllung ^G
Kräuterquark ^G
Lollo-Bianco Salat, Mais, Radieschen, Balsamicodres.
Dessert: Eis ^{G,1}

An allen Tagen *Nudelbar: Bio-Nudeln* ^{A-Weizen} *mit vegetarischer oder Fleischsoße*
Die Allergendecklaration für die Nudelbar finden Sie an der Ausgabetheke



Quark, Joghurt und Milch wird in Bio-Qualität verwendet.
Diese Küche ist Bio-zertifiziert nach EG-Öko Verordnung (EG) 834/2007 DE-ÖKO-006
Das Mensa-Team wünscht einen guten Appetit!

Menü 1

Menü 2 vegetarisch/vegan

Montag
Cordon-Bleu (Huhn) ^{A-Weizen, G} *mit Bratensoße*
Schwenkkartoffeln
Bio-Brokkoli mit gerösteten Mandeln ^H
Dessert: Obst

Griechisches Ofengemüse ^G
(Paprika, Bio-Zucchini, Tomate, Fetakäse)
Bio-Reis ^I
Dessert: Obst

Dienstag
Frikadelle(Rind) ^{A-Weizen}, *hausgemachter Salat aus*
Bio-Nudeln, Bio-Erbsen und Paprika ^{A-Weizen, C, G}
Dessert: Erdbeerquark ^G

Asia-Reisbällchen mit Curry-Dip ^G
Asiasalat (Karotte, Maiskolben, Paprika)
Dessert: Erdbeerquark ^G

Mittwoch
Gemüseintopf ^I *(Kartoffeln, Bio-Möhren, Bio-Brokkoli)*
mit Hackbällchen(Rind) ^{A-Weizen, C, G, I, J}, *Baguette* ^{A-Weizen}
Dessert: Wassermelone

Vollkornnudeln ^{A-Weizen} *mit Möhrenbolognese* ^I
Lollo-Bianco-Salat mit Paprika, Essig-Öl-Dressing
Dessert: Wassermelone **vegan**

Donnerstag
Fischstäbchen (Alaska-Seelachs) ^{A-Weizen, D, G}
hausgemachte Remouladensoße ^{C, G, J}, *Salzkartoffeln*
Möhrensalat mit Orangen-Dressing
Dessert: Joghurt mit Waldbeerensoße ^G

Gemüsefrikadelle ^{A-Roggen, C}
hausgemachte Remouladensoße ^{C, G, J}, *Kartoffelpüree* ^G
Möhrensalat mit Orangen-Dressing
Dessert: Joghurt mit Waldbeerensoße ^G

Freitag
letzter Schultag
vor den Ferien
Mittagessen wird nicht mehr in allen Schulen angeboten
Indisches Puten-Curry (Mangold, Paprika, Kokosmilch
und Cashewkerne) ^{I, H} *mit Bulgur* ^{A-Weizen}
Dessert: Obst

Bio-Blumenkohl in Bechamelsoße mit Käse
überbacken ^G, *Salzkartoffeln*
Dessert: Obst

An allen
Tagen
Nudelbar: Bio-Nudeln ^{A-Weizen} *mit vegetarischer oder Fleischsoße*
Die Allergendecklaration für die Nudelbar finden Sie an der Ausgabetheke

Quark, Joghurt und Milch wird in Bio-Qualität verwendet.
Diese Küche ist Bio-zertifiziert nach EG- Öko Verordnung (EG) 834/2007 DE-ÖKO-006

Das Mensa-Team wünscht einen guten Appetit!

Änderungen vorbehalten!

