



Die **Menüauswahl mit DGE Logo** entspricht dem DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen.  
**Speiseplan der Mensa vom 25.10.2021 bis 29.10.2021 KW 43**

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Menü 1</b>	Vollkornspaghetti mit Soja-Bolognesesoße und geriebenem Hartkäse 	Kürbis-Chiasamen-Bratling an Tomatenragout mit Linsenreis 	Putensteak natur von der Bio-Pute an Thymiansoße mit Bio-Erbсен und gebackenen Kartoffeln 	Asiatische Gemüsepfanne mit Karotten, Mais und Zuckerschoten und dazu Bio-Langkornreis 	Seelachs in der Knusperpanade mit Dillsoße dazu Bio-Karotten und Kartoffeln 
	GL/GL-W/LA/SL	1/GL/GL-W	1	2/GL/GL-W/SO	FI/GL/GL-W/LA/S
<b>Menü 2</b> vegetarisch / vegan	Karottensuppe mit Kartoffelwürfel Germknödel mit Vanillesoße	Bio-Spirelli mit Gemüseragout (Bio-Kohlrabi, Bio-Karotten, Bio-Blumenkohl) und Hirtenkäse	Eieromelett mit Bio-Rahmspinat und Salzkartoffeln	Kartoffel-Frischkäsetaschen mit Bauernsalat	Vegetarischer Döner im Fladenbrot mit Weißkraut, Tomate, Gurke und Eisbergsalat und dazu ein Joghurt dip
	1/3/GL/GL-W/SL	1/GL/GL-W/LA	EI/LA	5/LA/SD	2/5/GL/GL-W/LA/SD/SE/SO
<b>Salat</b> 	Gurkensalat mit Dill-Vinaigrette	Blattsalat mit Balsamicodressing			
		1/5/SD			
<b>Dessert</b> 	Obst	Joghurt mit Pflaumenkompott	Obst	Quark mit Brombeeren	Obst
		3/LA		LA	

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

**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.

Oktober 21  
**Änderungen vorbehalten!**

Die Zusatzstoffe und Allergene entnehmen Sie bitte dem Aushang.

Allergen- und  
 Zusatzstofflegende

1 Farbstoff, 2 Konservierungsstoff, 3 Antioxidationsmittel, 5 Schwefelung, EI enthält Eier, FI enthält Fisch, GL enthält Gluten, GL-G enthält Gerste, GL-H enthält Hafer, GL-R enthält Roggen, GL-W enthält Weizen, Dinkel, Khorasan-1



Die **Menüauswahl mit DGE Logo** entspricht dem DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen.  
**Speiseplan der Mensa vom 01.11.2021 bis 05.11.2021 KW 44**

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Menü 1</b>	Karotten-Lauchcremesuppe Kartoffelpuffer mit Apfelmus  	Vegetarische Bratwurst mit Ratatouillegemüse (Zucchini, Zwiebeln, Paprika und Tomaten) dazu Spiralnudeln  	Kartoffel-Lachsgratin mit heller Soße überbacken  	Rindergeschnetzeltes vom Bio-Rind mit Paprikastreifen und dazu Bio-Spätzle  	Bunter Gemüseeintopf mit Linsen, Karotten, Sellerie und Lauch und dazu Vollkornbrot  
	3/GL/GL-W/LA/SD	EI/GL/GL-W	1/FI/GL/GL-W/LA	1/EI/GL/GL-W	GL-W/LA/LU/SL
<b>Menü 2</b> vegetarisch / vegan	Vegetarische Tortellini mit Käse und Spinat gefüllt dazu eine fruchtige Tomatensoße	Schupfnudel-Gemüsepfanne (Karotte, Lauch, Sellerie) und dazu eine Käsesoße	Spinatpizza mit Tomaten und Käse überbacken	Curry von Kichererbsen und Brokkoli mit Kokosmilch und dazu Baguette	Gekochte Eier mit Grüner Soße "Frankfurter Art" und Risoleekartoffeln
	GL/GL-W/LA	1/GL/GL-W/LA/SL	GL/GL-W/LA	3/GL/GL-W	EI/LA
<b>Salat</b> 	Blattsalat mit Paprika und Essig Öl Dressing		Blattsalat mit Sauerrahmdressing  LA	Eisbergsalat mit Tomaten und Joghurtdressing  LA	
<b>Dessert</b> 	Obst	Joghurt mit Waldbeeren  LA	Obst	Pudding mit Schokoladengeschmack  LA	Obst

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

**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.

November 21  
**Änderungen vorbehalten!**

Die Zusatzstoffe und Allergene entnehmen Sie bitte dem Aushang.

Allergen-und  
Zusatzstofflegende

1 Farbstoff, 3 Antioxidationsmittel, EI enthält Eier, FI enthält Fisch, GL enthält Gluten, GL-G enthält Gerste, GL-H enthält Hafer, GL-R enthält Roggen, GL-W enthält Weizen, Dinkel, Khorasan-Weizen, KR enthält Krebstiere, LA enthi