














Die **Menüauswahl mit DGE Logo**  entspricht dem DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen.  
Speiseplan der Mensa vom 26.09.2022 bis 30.09.2022 KW 39

|   | Montag  | Dienstag   | Mittwoch   | Donnerstag   | Freitag   |
|---|---|--|--|--|---|
| <b>Menü 1</b>   | Vegetarischer Gyros mit Tzatziki und Vollkornreis<br><br>2/LA/SO | Bio Hähnchen Unterkeule mit Paprikagemüse und Kartoffelecken<br><br>1 | Fischburger (Fischfrikadelle aus Alaska Seelachs) mit Ketchup, Röstzwiebeln und ein Kaiserbrötchen<br><br>9/FI/GL/GL-W/LA/S             | Karottensuppe mit Croutons Grießbrei mit Erdbeerragout<br><br>GL/GL-W/LA/SL | Bio Maccaroni mit Tomatenwürfel und Basilikum-Pestosoße<br><br>1/GL/GL-W/LA/SC/SC-CA |
| <b>Menü 2</b><br>vegetarisch /<br>vegan   | Backerbsensuppe Kaiserschmarrn mit Apfelmus<br>3/8/EI/GL/GL-W/LA  | Falaffel Döner im Fladenbrot mit Tomaten, Weißkraut und Gurken und ein Joghurt-Minzdip<br>GL/GL-W/LA/SE  | Bunter Kartoffeleintopf mit Bio-Wurzelgemüse (Lauch, Karotte, Sellerie) und ein Vollkornbrötchen<br><br>GL/GL-G/GL-H/GL-R/GL-W/LA/SE/SL | Vegetarische Tortellini mit Käse und Spinat gefüllt und dazu eine fruchtige Tomatensoße<br>GL/GL-W/LA  | Überbackener Blumenkohl in einer Käsesoße mit Salzkartoffeln<br>1/GL/GL-W/LA  |
| <b>Salat</b><br>   | Gemüsesticks  | <br>LA   | Tomaten-Eisbergsalat mit Sauerrahmdressing<br>LA   |    | Linsensalat mit Karottenstreifen  |
| <b>Dessert</b><br> | Obst  | pudding mit Schokoladengeschmack<br>LA   | Obst   | Quark mit Aprikosenpüree<br>LA   | Brownie<br>1/EI/GL/GL-W/LA/SO   |
| An allen Tagen:   | <b>Nudelbar: Bio-Nudeln, zwei Soßen stehen zur Auswahl (Vegetarische und Fleischsoße).</b>  |  |  |  |   |
|   | <small>Die Zusatzstoffe und Allergene entnehmen Sie bitte dem Aushang.</small>  |  |  |  |   |



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.



September 22  
Änderungen vorbehalten!



Die **Menüauswahl mit DGE Logo** entspricht dem DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen.  
Speiseplan der Mensa vom **03.10.2022 bis 07.10.2022 KW 40**

|   | Montag   | Dienstag   | Mittwoch  | Donnerstag  | Freitag   |
|---|--|--|---|---|---|
| <b>Menü 1</b>                           | Rindergulasch vom Bio-Rind mit Bio-Spirelli  | Linsenburger auf Karottengemüse und Vollkornreis | Veggi-Currywurst (Erbsen-Weizenbasis) mit fruchtiger Curry-Tomatensoße und Kartoffelspalten | Bio Nudeln mit italienischer Gemüesoße (Zucchini, Auberginen und Tomaten) | Gebratenes Lachsfilet mit Dillsoße und Kartoffelpüree |
|   | GL/GL-W  | LA/SO  | 1/EI/GL/GL-W  | GL/GL-W   | FI/GL/GL-W/LA   |
| <b>Menü 2</b><br>vegetarisch /<br>vegan | Kartoffelcremesuppe<br>Pancake<br>mit Apfelmus   | Gnocchi<br>mit roter Pestosoße                   | Kartoffel-Zucchini-puffer<br>Bio-Langkornreis<br>und Paprikasalsa                           | Veggi Schnitzel<br>(Weizeneiweißprotein)<br>mit Kartoffel-Karottengratin  | Kartoffel-Kichererbsen-Curry<br>mit Bio-Langkornreis  |
|   | 3/8/EI/GL/GL-W/LA/SL   | LA/SC/SC-CA                                      | 3/EI/SD   | 3/EI/GL/GL-W/LA   |   |
| <b>Salat</b><br>                        | Blattsalat mit Paprika und Essig Öl Dressing   |  | Blattsalat mit Sauerrahmdressing<br><small>LA</small>                                       |   | Karottensalat   |
| <b>Dessert</b><br>                      | Obst   | Joghurt<br>Knuspermüsli                          | Obst  | Quark mit Erdbeeren   | Obst  |
|   |  | GL/GL-G/GL-H/GL-W/LA                             |   | LA  |   |
| An allen Tagen:                         | <b>Nudelbar: Bio-Nudeln, zwei Soßen stehen zur Auswahl (Vegetarische und Fleischsoße).</b> |  |   |   |   |
|   | <small>Die Zusatzstoffe und Allergene entnehmen Sie bitte dem Aushang.</small>             |  |   |   |   |



**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 22  
Änderungen vorbehalten!



Die **Menüauswahl mit DGE Logo** entspricht dem DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen.  
Speiseplan der Mensa vom 10.10.2022 bis 14.10.2022 KW 41

|   | Montag   | Dienstag  | Mittwoch  | Donnerstag  | Freitag   |
|---|--|---|---|---|---|
| <b>Menü 1</b>                           | Vollkornspaghetti mit Linsen-Bolognese und geriebenem Hartkäse<br>                         | Kartoffel-Kürbiskern-Rösti mit Tomatenragout und Bio-Langkornreis<br> | Putensteak natur von der Bio-Pute mit Geflügelsoße dazu Bio Erbsen und gebackene Kartoffeln<br> | Eieromelett mit Bio-Rahmspinat und Salzkartoffeln<br> | Alaska-Seelachs in der Knusperpanade an Dillsoße dazu Bio-Karotten und Bio-Langkornreis<br> |
|   | GL/GL-W/LA/SL  | 1/GL/GL-W/SL  | 1   | EI/LA   | F/GL/GL-W/LA/S  |
| <b>Menü 2</b><br>vegetarisch /<br>vegan | Karottencremesuppe Hefeklöße mit Vanillesoße<br>   | Bio-Spirelli mit Bio-Brokkoli und Frischkäsesoße                      | Gebratene Nudeln mit Reisbällchen und Asia-Gemüsesoße süß-sauer<br>                             | Kartoffel-Frischkäsetaschen mit Maisgemüse            | Vegetarischer Döner im Fladenbrot mit Weißkraut, Tomate, Gurke und Eisberg mit Joghurtdip   |
|   | 1/3/EI/GL/GL-W/LA  | GL/GL-W/LA  | 1/2/GL/GL-W/SO  | LA  | 2/3/GL/GL-W/LA/SD/SE/SO   |
| <b>Salat</b><br>                        | Gurkensalat  | Karottensticks  |   |   |   |
| <b>Dessert</b><br>                      | Obst   | Joghurt mit Pflaumenkompott<br>LA                                     | Obst  | Quark mit Brombeeren<br>LA                            | Obst  |
| An allen Tagen:                         | <b>Nudelbar: Bio-Nudeln, zwei Soßen stehen zur Auswahl (Vegetarische und Fleischsoße).</b> |   |   |   |   |
|   | Die Zusatzstoffe und Allergene entnehmen Sie bitte dem Aushang.                            |   |   |   |   |



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.

Vegan

Oktober 22  
Änderungen vorbehalten!