



Die **Menüauswahl mit DGE Logo**  entspricht dem DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen.  
**Speiseplan der Mensa vom 20.03.2023 bis 24.03.2023 KW 12**

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Menü 1</b>	Rindergulasch vom Bio-Rind mit Bio-Spirelli  GL/GL-W	Linsenburger auf Karottengemüse und Vollkornreis  LA/SO	Veggi-Currywurst (Erbsen-Weizenbasis) mit fruchtiger Curry-Tomatensoße und Kartoffelspalten  1/EI/GL/GL-W	Bio Nudeln mit italienischer Gemüesoße (Zucchini, Auberginen und Tomaten)   GL/GL-W	Gebratenes Lachsfilet mit Dillsoße und Kartoffelpüree  FI/GL/GL-W/LA
<b>Menü 2</b> vegetarisch / vegan	Kartoffelcremesuppe Pancake mit Apfelmus 3/8/EI/GL/LA/SL	Gnocchi mit roter Pestosoße 2/GL/GL-W/LA/SC/SC-CA	Kartoffel-Zucchini-puffer Bio-Langkornreis und Paprikasalsa 3/EI/SD	Veggi Schnitzel (Weizeneiweißprotein) mit Kartoffel-Karottengratin 3/EI/GL/GL-W/LA	Kartoffel-Kichererbsen-Curry mit Bio-Langkornreis 
<b>Salat</b> 	Blattsalat mit Paprika und Essig Öl Dressing		Blattsalat mit Sauerrahmdressing LA		Karottensalat
<b>Dessert</b> 	Obst	Joghurt Knuspermüsli GL/GL-G/GL-H/GL-W/LA	Obst	Quark mit Erdbeeren LA	Obst
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**

März 23  
Änderungen vorbehalten!



Die **Menüauswahl mit DGE Logo** entspricht dem DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen.  
Speiseplan der Mensa vom 27.03.2023 bis 31.03.2023 KW 13

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Menü 1</b>	Vollkornspaghetti mit Linsen-Bolognese und geriebenem Hartkäse  GL/GL-W/LA/SL	Kartoffel-Kürbiskern-Rösti mit Tomatenragout und Bio-Langkornreis  1/GL/GL-W/SL	Bio Rinderfrikadellen mit Bratensoße, Bio-Erbsen und Schwenkkartoffeln  1/GL/GL-W	Eieromelett mit Bio-Rahmspinat und Salzkartoffeln  EI/LA	Alaska-Seelachs in der Knusperpanade an Dillsoße dazu Bio-Karotten und Bio-Langkornreis  F/GL/GL-W/LA/S
<b>Menü 2</b> vegetarisch / vegan	Karottencremesuppe Hefeklöße mit Vanillesoße 1/EI/GL/GL-W/LA	Bio-Spirelli mit Bio-Brokkoli und Frischkäsesoße GL/GL-W/LA	Gebratene Nudeln mit Reisbällchen und Asia-Gemüsesoße süß-sauer  1/2/GL/GL-W/SO	Kartoffel-Frischkäsetaschen mit Maisgemüse LA	Vegetarischer Döner im Fladenbrot mit Weißkraut, Tomate, Gurke und Eisbergsalat mit Joghurtdip 2/3/GL/GL-W/LA/SD/SE/SO
<b>Salat</b> 	Gurkensalat	Karottensticks			
<b>Dessert</b> 	Obst	Joghurt mit Pflaumenkompott LA	Obst	Quark mit Brombeeren LA	Obst
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.



März 23  
Änderungen vorbehalten!