



Die **Menüauswahl mit DGE Logo** entspricht dem DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen.  
**Speiseplan der Mensa vom 04.12.2023 bis 08.12.2023 KW 49**

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Menü 1</b>	Bio-Spaghetti mit Käsesoße dazu Bio-Erbsen und geriebener Hartkäse 	Gemüse Eintopf mit Tomate, Zucchini Paprika und Bio-Langkornreis und dazu Baguette 	Hausgemachte Lasagne mit Bio-Rinderhackfleisch mit Bechamelsoße und Käse überbacken 	Paniertes Fischfilet (Nordseedorschfilet) mit Karottengemüse und Kartoffelpüree 	Veggi-Hackrolle mit Tomaten gefüllt Tomaten-Kichererbsenragout und Vollkornreis 
	2/EI/GL/GL-W/LA	GL/GL-W	EI/GL/GL-W/LA	FI/GL/GL-W/LA	1/2/3/GL/GL-H/GL-W/S
<b>Menü 2</b> vegetarisch / vegan	Semmelknödel mit Rahmchampignons 	Gebratene Gnocchi mit BrokkolisöÙe	Falaffel Döner im Fladenbrot mit Tomaten, Weißkraut und Gurken und ein Joghurt-Minzdip	Gemüsecremesuppe Apfelstrudel mit VanillesoÙe	Kleine Kartoffeln mit Kräuterquark und Gurkensticks
	1/EI/GL/GL-W/LA	1/2/GL/GL-W/LA	GL/GL-W/LA/SE	1/GL/GL-W/LA	LA
<b>Salat</b> 	Lollo Rosso Salat mit Essig Öl Dressing		Karottensticks		
<b>Dessert</b> 	Obst	pudding mit Vanillegeschmack 	Butterkuchen mit Mandeln	Obst	Joghurt mit Knuspermüsli
		1/LA	EI/GL/GL-W/LA/SC/SC-MA		GL/GL-G/GL-H/GL-W/LA
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.





Die **Menüauswahl mit DGE Logo**  entspricht dem DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen.  
**Speiseplan der Mensa vom 11.12.2023 bis 15.12.2023 KW 50**

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Menü 1</b>	Bio-Spaghetti mit Tomaten-Basilikumsoße und geriebener Hartkäse   2/EI/GL/GL-W/LA	Reispfanne mit Vollkornreis Kichererbsen, Bio-Karotten, Bio-Erbesen, Mais und eine Kräutersoße   LA	Pizza mit Lachswürfeln, Tomate und Käse überbacken   FI/GL/GL-W/LA	Putengulasch aus Bio-Putenfleisch mit Bio-Langkornreis   LA	Hausgemachte Gemüselasagne mit Bio-Erbesen, Bio-Karotten und Paprika mit einer Bechamelsoße und Käse überbacken   1/EI/GL/GL-W/LA/SL
<b>Menü 2</b> vegetarisch / vegan	Gemüsefrikadelle mit Tzatziki und gebackenen Kartoffeln   1/EI/GL/GL-W/LA	Süßkartoffel Amaranth Burger mit Tomate, Gurke und Eisbergsalat dazu Kartoffelecken mit Kräuterdip  GL-W/LA/SE	Bio-Bulgur mit Veggi-Hackbällchen und Paprikasoße   1/EI/GL/GL-G/SO	Gekochte Eier mit Bio-Rahmspinat und Salzkartoffeln  EI/LA	Tomatensuppe Hausgemachter Milchreis mit heißen Kirschen  3/LA
<b>Salat</b> 	Karottensalat		Blattsalat mit Sauerrahmdressing  LA	Karottensticks	
<b>Dessert</b> 	Obst	Joghurt Honig  LA	Obst	Quark mit Schokolade und Birnen  3/LA/SO	Obst
An allen Tagen: <b>Nudelbar: Bio-Nudeln, zwei Soßen stehen zur Auswahl (Vegetarische und Fleischsoße).</b>					
<i>Die Zusatzstoffe und Allergene entnehmen Sie bitte dem Aushang.</i>					



**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.

