

Speiseplan Mensa Juli

Adalbert-Stifer Grundschule



KW 27

01. Montag: Veggie-Burger ^{14,AW,G} zum selbst belegen - mit paniertem Käsebratling ^{AW,AG,AR,D}, Salat und Bangersauce ^{14,15,C,G,J}, danach Obst
02. Dienstag: Buntes Ratatouille-Gemüse ^{14,G} mit Langkornreis, danach Pudding ^{1,14,G}
03. Mittwoch: Geb. Kartoffeltaschen (Tomate-Mozzarella) ^{12,14,G} dazu Kräuterquark ^{14,G} und bunter Salat ^{3,14,AW,AG,G,J,L}
04. Donnerstag: Leckerer Milchreis ^{14,G} mit hausgem. Kirschkompott (kalt), danach Rohkost
05. Freitag: Würzige Bergkäse-Nocken ^{14,15,AW,C,G} mit Parmesan-Soße ^{14,15,C,G} und Rohkost



KW 28

08. Montag: Blumenkohl-Käse-Medaillon mit Salzkartoffeln ^{14,G}, Remoulade ^{1,2,9,14,AW,C,G,J} und Salat ^{3,14,AW,AG,G,J,L}
09. Dienstag: Hausgemachte Quark-Grieß-Nocken ^{14,AW,G} in Schokoladensoße ^{14,G}, danach Rohkost
10. Mittwoch: Leckere Spinatknödel ^{14,15,AW,C,G} mit Kräuter-Rahm-Soße ^{14,G}, danach Gurkensalat ^{3,14,AW,AG,G,J,L}
11. Donnerstag: Gemüsefrikadelle ^{12,15,AW,C} mit Tomatenreis ^{14,G} und mildem Tsatsiki ^{14,G}, danach Obst
12. Freitag: Feine Champignons in Rahm ^{14,G} mit Nudeln ^{AW}, danach Früchte-Joghurt-Drink ^{14,G}



KW 29

15. Montag: Pizza "Margherita" ^{12,14,AW,AR,G,L} mit buntem Salat ^{3,14,AW,AG,G,J}
16. Dienstag: Italienische Pasta ^{AW} mit Tomaten-Basilikum-Soße ^{14,G}, und Parmesan ^{14,15,C,G} danach Obst
17. Mittwoch: Gemüsebällchen ^{15,AW,C,I} mit Kräutersoße ^{14,G} und Reis, danach Pudding ^{1,14,G}
18. Donnerstag: Cremige Broccolisuppe ^{14,G,I}, danach süße Pfannkuchen ^{14,15,AW,C,G} mit Erdbeerkonfitüre
19. Freitag: Böhm. Knödel ^{14,15,AW,C,G} mit vegetarischer Soße ^{14,G,I}, danach Gurkensalat ^{3,14,AW,AG,G,J,L}

KW 30

22. Montag: Hausgemachte Gemüse-Lasagne ^{1,12,14,15,AW,C,G,I} und Salat ^{3,14,AW,AG,G,J,L}
23. Dienstag: Feines Gemüsegulasch ^{14,G} mit Spätzle ^{15,AW,C}, danach Obst
24. Mittwoch: Salzkartoffeln ^{14,G} mit Kräuterquarkdip ^{14,G} und buntem Salat ^{3,14,AW,AG,G,J,L}
25. Donnerstag: Karottensuppe ^{14,G,I}, süße Quarkkälchen (ohne Rosinen) ^{14,AW,G} mit Apfelsmus ³
26. Freitag: Gemüsestrudel ^{14,15,AW,C,G,I} mit Kräuterrahmsoße ^{14,G} und Salat ^{3,14,AW,AG,G,J,L}



KW 31

29. Montag:
30. Dienstag:
31. Mittwoch:



Sommerferien

Sommerferien von 29.07.19 - 09.09.19

Änderungen vorbehalten!

Unsere Speisen enthalten folgende kennzeichnungspflichtige Inhaltsstoffe & Allergene:

Inhaltsstoffe:

1=natürliche Farbst., 2=natürliche Konservierungsst., 3=Antioxidationsm., 4=Geschmacksverst., 5=geschwefelt, 6=geschwärtzt, 7=gewachst, 8=Phosphat, 9=m. Süßungsmittel, 10=m. einer Zuckerart u. Süßungsmittel, 11=Phenylalaninquell, 12=m. Jod salz, 13=m. Nitritpökelsalz, 14=m. Milcheiweiß, 15=Volle

Allergene:

A=Gluten (AW= Weizen, AD=Dinkel, AH=Hafer, AR = Roggen, AG = Gerste), B=Krebstiere, C=Eier, D=Fisch, E=Erdnüsse, F=Soja, G=Milch & Milchprodukte,

H=Schalenfrüchte (HH=Haselnuss, HM=Mandel), I=Sellerie, J = Senf, K=Sesamsamen,

L=Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr als

10mg/kg oder 10mg/l, M=Lupine, N=Weichtiere

