

Speiseplan Mensa Mai 2020

Adalbert-Stifter-GS - vegetarisch

01. Freitag: Feiertag - Tag der Arbeit

KW 19

04. Montag: Leckere Spinatknödel 14,15,AW,C,G mit Käsesoße 14,15,C,G, danach Salat 3,10,14,AW,AG,G,J,L
 05. Dienstag: PastaAW mit Tomaten-Basilikum-Soße14,G & Parmesan14,15,C,G, danach Mini-Krapfen14,15,AW,C,G
 06. Mittwoch: Gekochte Eier c in leichter Senfsoße 14,G,J mit Kartoffelpüree 14,G und Gurkensalat 3,10,14,AW,AG,G,J,L
 07. Donnerstag: Kohlrabi-Rahm-Süppchen 14,G, danach süße Eier-Pfannkuchen 14,15,AW,C,G mit Erdbeerkonfitüre
 08. Freitag: Saftiger Nudel-Gemüse-Auflauf 1,14,AW,G,I, danach bunter Salat 3,10,14,AW,AG,G,J,L

KW 20

11. Montag: Döner 14,AW,G zum selbst belegen - mit geb. Fetakäse 14,AW,G,Salat & Dönersoße 1,9,10,14,C,G,J, danach ein Quarkbällchen 14,15,AW,C,G
 12. Dienstag: Leckerer Grießbrei 14,AW,G mit süßen Pfirsichwürfeln (kalt), danach Obst der Saison
 13. Mittwoch: Bunte Gemüse-Köttbullar 15,C mit Tomatensoße 14,G & Karotten-Reis, danach Früchtejoghurt 14,G
 14. Donnerstag: Italienische PastaAW mit Gemüse-Bolognesesoße 14,G,I & Parmesan 14,15,C,G,danach Salat 3,10,14,AW,AG,G,J,L
 15. Freitag: Böhmisches Knödel 14,15,AW,C,G mit vegetarischer Soße 14,G,I , danach Salat 3,10,14,AW,AG,G,J,L

KW 21

18. Montag: Pizza "Margherita" 12,14,AW,AR,G,L mit buntem Salat 3,10,14,AW,AG,G,J,L
 19. Dienstag: Italienische Pasta AW mit leckerer Spinat-Sahne-Soße 14,G, danach Rhabarber-Grieß-Pudding 14,AW,G
 20. Mittwoch: Geb. Blumenkohl-Käse-Medaillon 12,14,AG,AW,G mit Kartoffelpüree 14,G & Gurkensalat 3,10,14,AW,AG,G,J,L
 21. **Donnerstag: Feiertag - Christi Himmelfahrt**
 22. Freitag: Feiner Milchreis 14,G mit roter Beeren-Grütze (kalt) & Zimt-Zucker-Mischung, danach Obst der Saison

KW 22

25. Montag: Hausgemachte Gemüse-Lasagne 1,12,14,15,AW,C,G,I dazu Salat 3,10,14,AW,AG,G,J,L
 26. Dienstag: Gefüllte Nudeltaschen (Kartoffel-Quark-Fülle) 14,15,AW,C,G mit Paprika-Käsesoße 14,G,danach Obst der Saison
 27. Mittwoch: Passierte Karotten-Rahm-Suppe 14,G, danach Apfelküchle 14,AW,G mit Vanillesoße 14,G
 28. Donnerstag: Feiner Linsen-Kartoffel-Eintopf 3,14,AG,G,I,J,L mit frischem Schwarzbrot AW,AF, danach Apfelmus 3
 29. Freitag: Geb.Kartoffeltaschen (Tomate-Mozzarella) 12,14,G mit Kräuterquark 14,G,danach Gurkensalat 3,10,14,AW,AG,G,J,L

Änderungen vorbehalten!

Unsere Speisen enthalten folgende kennzeichnungspflichtige Inhaltsstoffe & Allergene:

Inhaltsstoffe:

1=natürliche Farbst., 2=natürliche Konservierungsst., 3=Antioxidationsm., 4=Geschmacksverst., 5=geschwefelt, 6=geschwärzt, 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=Vollei

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

