

# Speiseplan Mensa Januar 2021

## Adalbert Stifter GS - vegetarisch

KW 1

- 04. Montag
- 05. Dienstag
- 06. Mittwoch
- 07. Donnerstag
- 08. Freitag

**FERIEN!**



KW 2

- 11. Montag: Pizza "Magherita" <sup>12,14,AW,AR,AG,G,J,L</sup> mit buntem Salat <sup>3,14,G,J,L</sup>
- 12. Dienstag: Feines Gemüsegulasch mit Spätzle <sup>15,AW,C</sup> danach Schokoquark <sup>14,G</sup>
- 13. Mittwoch: Orientalische Falafelbällchen <sup>12,AW</sup> mit Tomatenreis und mildem Tsatsiki <sup>14,G</sup>, danach Obst
- 14. Donnerstag: Cremige Karottensuppe <sup>14,G</sup>, danach süße Quarkkälchen (ohne Rosinen) <sup>14,AW,G</sup> mit Apfelmus <sup>3</sup>
- 15. Freitag: Blumenkohlröschen in leichter Currysoße <sup>3,14,G</sup> mit Salzkartoffeln <sup>14,G</sup> und Salat <sup>3,14,G,J,L</sup>

KW 3

- 18. Montag: Geb. Fetakäse <sup>14,AW,G</sup> mit Salzkartoffeln <sup>14,G</sup> und Remoulade <sup>1,2,9,14,15,AW,C,J</sup>, danach Obst
- 19. Dienstag: Buntes Ratatouille-Gemüse mit Reis, danach Pfirsichwürfel
- 20. Mittwoch: Mini-Germknödel (Heidelbeerfülle) <sup>1,15,AW,C</sup> mit Vanillesoße <sup>14,G</sup>, danach Obst
- 21. Donnerstag: Feine Bergkäsenocken <sup>14,15,AW,C,G</sup> mit Parmesansoße <sup>14,15,C,G</sup>, danach Apfel-Quark-Dessert <sup>3,14,G</sup>
- 22. Freitag: Spätzle <sup>14,AW,C</sup> mit vegetarischer Soße <sup>14,G</sup>, danach Salat <sup>3,10,14,AW,AG,G,J,L</sup>

KW 4

- 25. Montag: Saftige Käsespätzle <sup>14,15,AW,C,G</sup> mit Röstzwiebeln <sup>AW</sup> und buntem Salat <sup>3,14,G,J,L</sup>
- 26. Dienstag: Italienische Pasta <sup>AW</sup> mit Gemüsebolognese <sup>14,G,I</sup> und Parmesan <sup>14,15,C,G</sup> danach Früchte-Joghurt <sup>14,G</sup>
- 27. Mittwoch: Leckerer Milchreis <sup>14,G</sup> mit Apfel-Zimt-Kompott (warm), danach Obst
- 28. Donnerstag: Gefüllte Nudeltaschen (Kartoffel-Quark-Fülle) <sup>14,15,AW,C,G</sup> mit Paprika-Käse-Soße <sup>14,G</sup>, danach Salat <sup>3,14,G,J,L</sup>
- 29. Freitag: Geb. Camembert <sup>14,AW,G</sup> mit hausgem. Kartoffelpüree <sup>14,G</sup> und Preiselbeeren, danach Salat <sup>3,14,G,J,L</sup>

**Betriebsurlaub von 23.12.20 - 06.01.21**

**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