

# Speiseplan Mensen - Juni 2024

## Adalbert-Stifter-GS - schweinefleischfrei

KW 23

03. Montag: Döner AW (zum selbst belegen) mit Hähnchenfleisch, Salat & hausgem. Soße 3,14,15,C,G,J,Obst  
 04. Dienstag: Deftiges Rindergulasch 14,G mit Vollkorn-Nudeln AW, danach Obst  
 05. Mittwoch: Buntes Kichererbsen-Kokos-Curry mit Vollkornreis, danach Gemüse-Rohkost  
 06. Donnerstag: Saftige, gratinierte Käsespätzle 14,15,AW,C,G dazu Röstzwiebeln AW & Salat 1,3,14,G,J,L  
 07. Freitag: Ital. Pasta AW mit Brokkoli-Soße 14,G & Parmesan 14,15,C,G, danach Früchte-Joghurt 14,G

KW 24

10. Montag: Hausgemachte Pizza "Margherita" 14,AW,G mit butem Salat 1,3,14,G,J,L  
 11. Dienstag: Hähnchen-Möhren-Geschnetzeltes 14,G mit Vollkorn-Nudeln AW, danach Salat 1,3,14,G,J,L  
 12. Mittwoch: Alaska-Seelachs-Filet  in Curry-Soße 14,G & Vollkornreis, danach Pudding 1,14,G  
 13. Donnerstag: Feine Gemüse-Suppe 14,G,I, danach Pfannkuchen 14,15,AW,C,G mit Erdbeerkonfitüre  
 14. Freitag: Gnocchi 15,C mit Tomaten-Basilikum-Soße 14,G & Parmesan 14,15,C,G, danach Salat 1,3,14,G,J,L

KW 25

17. Montag: Hausgemachte Lasagne "Bolognese" (Rind) 1,12,14,15,AW,C,G, dazu Salat 1,3,14,G,J,L  
 18. Dienstag: Vollkorn-Pasta AW mit Gemüse-Bolognese 14,G & Parmesan 14,15,C,G, danach Obst  
 19. Mittwoch: Paprika-Puten-Gulasch 14,G mit Spätzle 14,15,AW,C,G, danach Apfelmark 3  
 20. Donnerstag: Tortelloni "Salmone"  2,14,AW,D,G mit Zucchini-Soße 14,G & Parmesan 14,15,C,G, Salat 1,3,14,G,J,L  
 21. Freitag: Putenbraten 14,G,I mit Böhmisches Knödeln 14,15,AW,C,G & Kohlrabigemüse 14,G, Salat 1,3,14,G,J,L

KW 26

24. Montag: Geb. Fischfilet  14,AW,D,G mit Kartoffeln 14,G & Remoulade 1,2,9,14,15,AW,C,G, Obst  
 25. Dienstag: Vollkorn-Pasta AW mit Bolognesesoße (Rind) 14,G & Parmesan 14,15,C,G, Gemüse-Rohkost  
 26. Mittwoch: Hähnchen-Gyros mit Tomatenreis und Gurkenquark 14,G, danach Obst  
 27. Donnerstag: Hähnchencrossies AW,AG mit hausgem. Kartoffelpüree 14,G, danach Salat 1,3,14,G,J,L  
 28. Freitag: Saftiger Nudel-Tomaten-Auflauf mit Mozzarella überbacken 14,AW,G, danach Salat 1,3,14,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



DE-ÖKO-006

Die verwendeten Bio-Komponenten werden durch das Wort "BIO" - gekennzeichnet.