

# Speiseplan Mensen - Dezember 2023

## Adalbert-Stifter-GS - vegetarisch

01. Freitag: Saftige, gratinierte Käsespätzle 14,15,AW,C,G mit Röstzwiebeln AW, dazu Salat 3,14,G,J,L

04. Montag: Hausgemachte Pizza "Margherita" 14,AW,G mit buntem Salat 3,14,G,J,L

05. Dienstag: Buntes Gemüsegulasch 14,G,I mit Erbsen-Vollkornreis, danach Obst

06. Mittwoch: Geb. Fetakäse 14,G mit hausgemachtem Kartoffelpüree 14,G & Preiselbeeren, danach Salat 3,14,G,J,L

07. Donnerstag: Gemüse-Stäbchen 14,15,AW,C,G mit Kohlrabi-Rahm-Gemüse 14,G & Salzkartoffeln 14,G, danach Früchtejoghurt 3,14,G

08. Freitag: Cappellini "Pomodoro e Basilico" 14,AW,C,G mit fruchtiger Tomatensoße 14,G & Parmesan 14,15,C,G, Salat 3,14,G,J,L

11. Montag: Orientalische Falafel-Bällchen AW mit Tomatenreis & mildem Tsatsiki 14,G, danach Obst

12. Dienstag: Vollkorn-Pasta AW mit Gemüse-Bolognesesoße 14,G,I & Parmesan 14,15,C,G, danach Salat 3,14,G,J,L

13. Mittwoch: Winterliche Gemüsesuppe 14,G,I, danach Pfannkuchen 14,15,AW,C,G mit Erdbeerkonfitüre

14. Donnerstag: Tortellini (Ricotta-Spinat) 14,15,AW,C,G mit Kürbis-Tomaten-Soße 14,G & Parmesan 14,15,C,G, Rohkost mit Quark-Dip 14,G

15. Freitag: Eier-Spätzle 15,AW,C mit vegetarischer Gemüse-Soße 14,G,I & Karottengemüse 14,G, danach Obst

18. Montag: Broccoli-Creme-Suppe 14,G, danach sahniger Milchreis 14,G mit warmen Apfel-Zimt-Kompott

19. Dienstag: Bunte Gemüse-Köttbullar 15,C mit Salzkartoffeln 14,G, Remoulade 1,2,9,14,15,AW,C,G,J, Obst

20. Mittwoch: Saftiger Nudel-Gemüse-Auflauf 14,G,I, danach Salat 3,14,G,J,L

21. Donnerstag: Leckere Kräuter-Rahm-Champignons 14,G mit Vollkornreis, danach Schoko-Quark 1,14,G

22. Freitag: Vegetarische Bratwurst 15,AW,C im Brötchen AW,AR, danach Obst

25. Montag:

26. Dienstag:

27. Mittwoch:

28. Donnerstag:

29. Freitag:

**FERIEN**



Weihnachtsferien: 23.12.2023-05.01.2024

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



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