


Mensa Oberschule



Menü 1


Allergie


Vegetarisch


MO
19.08.2019
Erbsensuppe "vegetarisch" s
Brötchen G, G1
1729kJ / 411kcal, Fett 5,8g, gesättigte Fettsäuren 0,6g, Kohlenhydrate 63,3g, Zucker 4,1g, Ballaststoffe 13,7g, Eiweiß 18,3g, Salz 4,31g, Natrium 1,73g, Proteineinheiten 5,3



DI
20.08.2019
Veggie-Schnitzel; aus Soja G, G1, sb
Kräuterquark (20%) *
Kartoffelspalten mit Schale
1687kJ / 404kcal, Fett 17,4g, gesättigte Fettsäuren 3,2g, Kohlenhydrate 41,4g, Zucker 3,3g, Ballaststoffe 7,9g, Eiweiß 15,3g, Salz 2,38g, Natrium 0,96g, Proteineinheiten 3,5



MI
21.08.2019
Geflügelbratwurst
Klassische Bratensoße s, sn
Sauerkraut ohne Speck
Salzkartoffeln
2074kJ / 498kcal, Fett 29,3g, gesättigte Fettsäuren 7,5g, Kohlenhydrate 36,3g, Zucker 6,9g, Ballaststoffe 7,2g, Eiweiß 16,8g, Salz 5,29g, Natrium 2,12g, Proteineinheiten 3,2
 


DO
22.08.2019
Pfannkuchen mit Nuss-Nougat-Creme G, G1, Ei, (E), Sb, M, Me, La, Sf, Sf2
Vanillesoße G, G1, M, Me, La
2746kJ / 656kcal, Fett 33,3g, gesättigte Fettsäuren 14,3g, Kohlenhydrate 70,4g, Zucker 37,7g, Ballaststoffe 3,8g, Eiweiß 17,2g, Salz 0,91g, Proteineinheiten 5,9



FR
23.08.2019
Bolognese aus Hähnchenfleisch G, G1, s
Makkaroni G, G1
1916kJ / 454kcal, Fett 9,5g, gesättigte Fettsäuren 2,2g, Kohlenhydrate 66,0g, Zucker 7,9g, Ballaststoffe 5,0g, Eiweiß 23,6g, Salz 2,61g, Natrium 1,07g, Proteineinheiten 5,6



Grüne Bohnen-Eintopf; mit Rindfleisch s
722kJ / 172kcal, Fett 8,2g, gesättigte Fettsäuren 1,0g, Kohlenhydrate 14,8g, Zucker 2,0g, Ballaststoffe 3,8g, Eiweiß 7,8g, Salz 2,45g, Natrium 0,98g, Proteineinheiten 1,2


Veggie-Burger; Burgerpatty aus Kichererbsen und rote Bete sn
Kartoffelspalten mit Schale
1690kJ / 404kcal, Fett 14,5g, gesättigte Fettsäuren 1,3g, Kohlenhydrate 51,9g, Zucker 5,8g, Ballaststoffe 8,9g, Eiweiß 10,8g, Salz 2,33g, Natrium 0,94g, Proteineinheiten 4,3



Geflügelbratwurst
Klassische Bratensoße s, sn
Sauerkraut ohne Speck
Salzkartoffeln
1964kJ / 472kcal, Fett 27,4g, gesättigte Fettsäuren 7,3g, Kohlenhydrate 34,7g, Zucker 6,1g, Ballaststoffe 6,4g, Eiweiß 16,5g, Salz 4,98g, Natrium 1,99g, Proteineinheiten 3,0
 


Rindergeschnetztes; in Bratensoße sn
Langkornreis
1368kJ / 322kcal, Fett 3,6g, gesättigte Fettsäuren 1,2g, Kohlenhydrate 47,1g, Zucker 1,0g, Ballaststoffe 1,8g, Eiweiß 24,7g, Salz 2,90g, Natrium 1,16g, Proteineinheiten 3,9



Tomatensoße "Italia" s
Spiralnudeln "glutenfrei"; Spiralnudeln aus Mais und Kichererbsen
1839kJ / 435kcal, Fett 5,1g, gesättigte Fettsäuren 1,2g, Kohlenhydrate 87,5g, Zucker 5,4g, Ballaststoffe 3,5g, Eiweiß 7,8g, Salz 1,02g, Proteineinheiten 7,4


Erbsensuppe "vegetarisch" s
Brötchen G, G1
1729kJ / 411kcal, Fett 5,8g, gesättigte Fettsäuren 0,6g, Kohlenhydrate 63,3g, Zucker 4,1g, Ballaststoffe 13,7g, Eiweiß 18,3g, Salz 4,31g, Natrium 1,73g, Proteineinheiten 5,3


Veggie-Schnitzel; aus Soja G, G1, sb
Kräuterquark (20%) *
Kartoffelspalten mit Schale
1687kJ / 404kcal, Fett 17,4g, gesättigte Fettsäuren 3,2g, Kohlenhydrate 41,4g, Zucker 3,3g, Ballaststoffe 7,9g, Eiweiß 15,3g, Salz 2,38g, Natrium 0,96g, Proteineinheiten 3,5

Kartoffel-Quark-Ecke Ei, M, Me, La
Soße "Gärtnerin Art" M, Me, La, S
Salzkartoffeln
1756kJ / 418kcal, Fett 14,9g, gesättigte Fettsäuren 5,6g, Kohlenhydrate 55,8g, Zucker 8,3g, Ballaststoffe 7,1g, Eiweiß 10,4g, Salz 4,50g, Natrium 1,79g, Proteineinheiten 4,8



Pfannkuchen mit Nuss-Nougat-Creme G, G1, Ei, (E), Sb, M, Me, La, Sf, Sf2
Vanillesoße G, G1, M, Me, La
2746kJ / 656kcal, Fett 33,3g, gesättigte Fettsäuren 14,3g, Kohlenhydrate 70,4g, Zucker 37,7g, Ballaststoffe 3,8g, Eiweiß 17,2g, Salz 0,91g, Proteineinheiten 5,9



Vegetarische Bolognese G, G1, G3, s
Makkaroni G, G1
1844kJ / 436kcal, Fett 6,8g, gesättigte Fettsäuren 0,9g, Kohlenhydrate 70,2g, Zucker 9,0g, Ballaststoffe 5,9g, Eiweiß 20,4g, Salz 2,34g, Natrium 0,96g, Proteineinheiten 5,9



Änderungen vorbehalten. Allergeninformationen liegen zur Einsicht in der Küche vor. Artikel mit Sternchen (*) enthalten keine Angaben.


Mensa Oberschule


Menü 1

MO
26.08.2019
Bio Sommergemüse-Eintopf s
Brötchen G, G1
1433kJ / 339kcal, Fett 9,8g, gesättigte Fettsäuren 1,4g, Kohlenhydrate 47,3g, Zucker 6,1g, Ballaststoffe 10,1g, Eiweiß 10,3g, Salz 5,03g, Natrium 2,01g, Broteinheiten 4,1



DI
27.08.2019
Nasi Goreng mit Huhnfleisch sn
1948kJ / 464kcal, Fett 17,2g, gesättigte Fettsäuren 1,6g, Kohlenhydrate 53,2g, Zucker 6,4g, Ballaststoffe 5,6g, Eiweiß 20,8g, Salz 4,68g, Natrium 1,88g, Broteinheiten 4,4



MI
28.08.2019
Kleine Germknödel "Natur" G, G1, Ei, M, Me, La
Rote Fruchtgrütze
1281kJ / 302kcal, Fett 2,9g, gesättigte Fettsäuren 1,1g, Kohlenhydrate 59,4g, Zucker 13,7g, Ballaststoffe 4,0g, Eiweiß 7,4g, Salz 1,04g, Broteinheiten 5,0



DO
29.08.2019
Alaska-Seelachs "Mediterran"; aus nachhaltiger Fischwirtschaft Fi, Sb
Röstkartoffeln
Gurkensalat *
2119kJ / 506kcal, Fett 27,0g, gesättigte Fettsäuren 2,4g, Kohlenhydrate 37,6g, Zucker 3,3g, Ballaststoffe 4,5g, Eiweiß 25,0g, Salz 3,29g, Natrium 1,32g, Broteinheiten 3,2



FR
30.08.2019
Hähnchenfleisch in milder Tomatensoße G, G1
Makkaroni G, G1
1738kJ / 411kcal, Fett 3,6g, gesättigte Fettsäuren 0,8g, Kohlenhydrate 64,6g, Zucker 7,6g, Ballaststoffe 4,4g, Eiweiß 27,4g, Salz 2,91g, Natrium 1,18g, Broteinheiten 5,5



Allergie

Bio Sommergemüse-Eintopf s
996kJ / 236kcal, Fett 9,2g, gesättigte Fettsäuren 1,2g, Kohlenhydrate 27,2g, Zucker 5,6g, Ballaststoffe 8,4g, Eiweiß 6,8g, Salz 4,40g, Natrium 1,76g, Broteinheiten 2,4


Nasi Goreng mit Huhnfleisch sn
1948kJ / 464kcal, Fett 17,2g, gesättigte Fettsäuren 1,6g, Kohlenhydrate 53,2g, Zucker 6,4g, Ballaststoffe 5,6g, Eiweiß 20,8g, Salz 4,68g, Natrium 1,88g, Broteinheiten 4,4



Schweinegulasch "Hausfrauen Art" s
Rotkohl
Salzkartoffeln
1427kJ / 338kcal, Fett 8,8g, gesättigte Fettsäuren 2,7g, Kohlenhydrate 40,7g, Zucker 12,1g, Ballaststoffe 5,8g, Eiweiß 20,1g, Salz 4,82g, Natrium 1,94g, Broteinheiten 3,4



Alaska-Seelachs "Mediterran"; aus nachhaltiger Fischwirtschaft Fi, Sb
Röstkartoffeln
1877kJ / 448kcal, Fett 22,2g, gesättigte Fettsäuren 1,8g, Kohlenhydrate 35,0g, Zucker 0,7g, Ballaststoffe 3,7g, Eiweiß 24,4g, Salz 2,83g, Natrium 1,14g, Broteinheiten 3,0



Hähnchenfleisch in milder Tomatensoße G, G1
Spiralnudeln "glutenfrei"; Spiralnudeln aus Mais und Kichererbsen
2121kJ / 502kcal, Fett 4,3g, gesättigte Fettsäuren 1,0g, Kohlenhydrate 90,6g, Zucker 8,7g, Ballaststoffe 3,3g, Eiweiß 22,9g, Salz 1,94g, Natrium 0,78g, Broteinheiten 7,7


Vegetarisch

Vegetarisches Chili G, G1, G3, Sb
Brötchen G, G1
1797kJ / 427kcal, Fett 9,4g, gesättigte Fettsäuren 1,4g, Kohlenhydrate 49,7g, Zucker 10,9g, Ballaststoffe 16,9g, Eiweiß 27,1g, Salz 4,75g, Natrium 1,89g, Broteinheiten 4,1


Gemüsenuggets; paniert G, G1, Ei, M, Me, La, S, Se
Bunter Gemüsereis
1771kJ / 421kcal, Fett 14,9g, gesättigte Fettsäuren 1,7g, Kohlenhydrate 60,2g, Zucker 4,0g, Ballaststoffe 7,3g, Eiweiß 8,2g, Salz 2,74g, Natrium 1,09g, Broteinheiten 4,9


Kleine Germknödel "Natur" G, G1, Ei, M, Me, La
Rote Fruchtgrütze
1281kJ / 302kcal, Fett 2,9g, gesättigte Fettsäuren 1,1g, Kohlenhydrate 59,4g, Zucker 13,7g, Ballaststoffe 4,0g, Eiweiß 7,4g, Salz 1,04g, Broteinheiten 5,0


Kaisergemüse "naturell"
Sauce à la Hollandaise; (ohne Alkohol) G, G1, M, Me, La, S
Röstkartoffeln
1683kJ / 404kcal, Fett 19,2g, gesättigte Fettsäuren 6,1g, Kohlenhydrate 45,2g, Zucker 7,5g, Ballaststoffe 7,0g, Eiweiß 7,7g, Salz 3,38g, Natrium 1,35g, Broteinheiten 3,9


Kräuterquark (20%) *
Salzkartoffeln
732kJ / 174kcal, Fett 4,7g, gesättigte Fettsäuren 1,9g, Kohlenhydrate 24,7g, Zucker 3,6g, Ballaststoffe 3,0g, Eiweiß 5,9g, Salz 1,81g, Natrium 0,72g, Broteinheiten 2,1


Änderungen vorbehalten. Allergeninformationen liegen zur Einsicht in der Küche vor. Artikel mit Sternchen (*) enthalten keine Angaben.

Mensa Oberschule


Menü 1


Allergie

Vegetarisch


MO
02.09.2019
Tomatensuppe; mit Reis und Rindfleischklößchen G, G1, S
Brötchen G, G1
1617kJ / 383kcal, Fett 8,2g, gesättigte Fettsäuren 3,4g, Kohlenhydrate 58,5g, Zucker 15,7g, Ballaststoffe 3,7g, Eiweiß 16,3g, Salz 4,71g, Natrium 1,89g, Proteineinheiten 4,9



DI
03.09.2019
Kartoffeltaschen - Quarkdip


MI
04.09.2019
Hühnerfrikassee "Frühlings Art" G, G1, M, Me, La, S
Langkornreis
1588kJ / 376kcal, Fett 8,8g, gesättigte Fettsäuren 3,8g, Kohlenhydrate 47,5g, Zucker 2,4g, Ballaststoffe 2,2g, Eiweiß 25,3g, Salz 2,36g, Natrium 0,94g, Proteineinheiten 3,9



DO
05.09.2019
Jagdwurstgulasch; in milder Tomatensoße Sn, 3, 20
Makkaroni G, G1
2000kJ / 473kcal, Fett 10,6g, gesättigte Fettsäuren 3,8g, Kohlenhydrate 70,4g, Zucker 11,4g, Ballaststoffe 4,6g, Eiweiß 21,8g, Salz 3,35g, Natrium 1,36g, Proteineinheiten 5,9



FR
06.09.2019
Geschnittener Eierpfannkuchen; (Kaiserschmarrn ohne Rosinen) G, G1, Ei, M, Me, La
Apfelmus (G), (E), (M), (Me), (La), (Sf) 3
2703kJ / 642kcal, Fett 18,3g, gesättigte Fettsäuren 3,8g, Kohlenhydrate 96,2g, Zucker 43,8g, Ballaststoffe 3,8g, Eiweiß 22,8g, Salz 2,14g, Natrium 0,86g, Proteineinheiten 8,0



Bio Kartoffel-Möhren-Eintopf s
762kJ / 183kcal, Fett 8,1g, gesättigte Fettsäuren 0,6g, Kohlenhydrate 22,2g, Zucker 4,8g, Ballaststoffe 5,1g, Eiweiß 2,1g, Salz 2,25g, Natrium 0,90g, Proteineinheiten 1,8


Reis-Gemüse-Pfanne; mit Fischnuggets vom Alaska Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) Fi, S, Sn
1560kJ / 368kcal, Fett 6,8g, gesättigte Fettsäuren 0,8g, Kohlenhydrate 55,6g, Zucker 7,6g, Ballaststoffe 6,4g, Eiweiß 18,4g, Salz 3,44g, Natrium 1,36g, Proteineinheiten 4,8



Süßkartoffel-Herzchen; mit Mais und Zucchini
Röstkartoffeln
1690kJ / 404kcal, Fett 15,7g, gesättigte Fettsäuren 1,3g, Kohlenhydrate 55,5g, Zucker 2,2g, Ballaststoffe 5,0g, Eiweiß 6,3g, Salz 2,19g, Natrium 0,87g, Proteineinheiten 4,6



Tomatensoße "Italia" s
Spiralnudeln "glutenfrei";
Spiralnudeln aus Mais und Kichererbsen
1839kJ / 435kcal, Fett 5,1g, gesättigte Fettsäuren 1,2g, Kohlenhydrate 87,5g, Zucker 5,4g, Ballaststoffe 3,5g, Eiweiß 7,8g, Salz 1,02g, Proteineinheiten 7,4



Bio Rindfleischfrikadelle
Klassische Bratensoße s, Sn
Möhren "naturell"
Salzkartoffeln
1826kJ / 435kcal, Fett 17,5g, gesättigte Fettsäuren 5,9g, Kohlenhydrate 38,4g, Zucker 7,5g, Ballaststoffe 8,2g, Eiweiß 25,7g, Salz 5,23g, Natrium 2,08g, Proteineinheiten 3,2


Bio Kartoffel-Möhren-Eintopf s
Brötchen G, G1
1326kJ / 317kcal, Fett 10,0g, gesättigte Fettsäuren 0,9g, Kohlenhydrate 46,0g, Zucker 6,1g, Ballaststoffe 7,7g, Eiweiß 5,9g, Salz 3,25g, Natrium 1,30g, Proteineinheiten 3,8


Kartoffeltasche - Quarkdip

Süßkartoffel-Herzchen; mit Mais und Zucchini
Helle Cremesoße M, Me, S
Röstkartoffeln
2419kJ / 578kcal, Fett 23,9g, gesättigte Fettsäuren 4,7g, Kohlenhydrate 74,8g, Zucker 9,1g, Ballaststoffe 6,1g, Eiweiß 11,2g, Salz 3,93g, Natrium 1,56g, Proteineinheiten 6,3


Tomatensoße "Italia" s
Makkaroni G, G1
1456kJ / 344kcal, Fett 4,4g, gesättigte Fettsäuren 1,0g, Kohlenhydrate 61,5g, Zucker 4,3g, Ballaststoffe 4,6g, Eiweiß 12,3g, Salz 1,99g, Natrium 0,81g, Proteineinheiten 5,2



Geschnittener Eierpfannkuchen; (Kaiserschmarrn ohne Rosinen) G, G1, Ei, M, Me, La
Apfelmus
2702kJ / 641kcal, Fett 18,3g, gesättigte Fettsäuren 3,8g, Kohlenhydrate 95,8g, Zucker 44,7g, Ballaststoffe 4,5g, Eiweiß 22,8g, Salz 2,13g, Natrium 0,85g, Proteineinheiten 7,9


Änderungen vorbehalten. Allergeninformationen liegen zur Einsicht in der Küche vor. Artikel mit Sternchen (*) enthalten keine Angaben.

Mensa Oberschule


Menü 1

MO
09.09.2019 Reiseintopf "Mecklenburger Art";
mit Huhnfleisch s
Brötchen G, G1
1035kj / 245kcal, Fett 3,8g, gesättigte Fettsäuren
1,2g, Kohlenhydrate 35,6g, Zucker 2,3g,
Ballaststoffe 3,5g, Eiweiß 15,5g, Salz 3,41g,
Natrium 1,35g, Broteinheiten 2,9
 



DI
10.09.2019 Gegrillte Hähnchenkeule
Kräuterkartoffeln
2130kj / 510kcal, Fett 27,2g, gesättigte Fettsäuren
7,2g, Kohlenhydrate 28,0g, Zucker 0,8g,
Ballaststoffe 4,6g, Eiweiß 35,1g, Salz 2,37g,
Natrium 0,94g, Broteinheiten 2,4



MI
11.09.2019 Rahmspinat M, Me, La
Knusprig paniertes Dorsch; aus
nachhaltiger Fischwirtschaft G, G1, Fi
Salzkartoffeln
1821kj / 435kcal, Fett 18,5g, gesättigte Fettsäuren
2,7g, Kohlenhydrate 45,3g, Zucker 5,9g,
Ballaststoffe 6,6g, Eiweiß 17,1g, Salz 3,44g,
Natrium 1,37g, Broteinheiten 3,8



DO
12.09.2019 Milchreis M, Me, La
Apfelmus
1227kj / 289kcal, Fett 1,3g, gesättigte Fettsäuren
0,8g, Kohlenhydrate 60,5g, Zucker 31,2g,
Ballaststoffe 2,8g, Eiweiß 7,8g, Broteinheiten 4,9



FR
13.09.2019 Penne-Nudeln in cremiger
Tomatensoße G, G1, M, Me, La
1804kj / 428kcal, Fett 11,2g, gesättigte Fettsäuren
6,0g, Kohlenhydrate 66,4g, Zucker 13,2g,
Ballaststoffe 4,8g, Eiweiß 12,4g, Salz 4,12g,
Natrium 1,64g, Broteinheiten 5,6


Allergie

Reiseintopf "Mecklenburger Art";
mit Huhnfleisch s
598kj / 142kcal, Fett 3,2g, gesättigte Fettsäuren
1,0g, Kohlenhydrate 15,5g, Zucker 1,8g,
Ballaststoffe 1,8g, Eiweiß 12,0g, Salz 2,78g,
Natrium 1,10g, Broteinheiten 1,2
 


Gegrillte Hähnchenkeule
Kräuterkartoffeln
2130kj / 510kcal, Fett 27,2g, gesättigte Fettsäuren
7,2g, Kohlenhydrate 28,0g, Zucker 0,8g,
Ballaststoffe 4,6g, Eiweiß 35,1g, Salz 2,37g,
Natrium 0,94g, Broteinheiten 2,4



Indian Chicken s, Sn
2216kj / 528kcal, Fett 18,4g, gesättigte Fettsäuren
2,4g, Kohlenhydrate 58,8g, Zucker 18,0g,
Ballaststoffe 5,6g, Eiweiß 28,0g, Salz 4,00g,
Natrium 1,64g, Broteinheiten 4,8


Asiatische Gemüsesoße "süß-sauer"
Sb
Wildreismischung mit Gemüse
1022kj / 241kcal, Fett 1,1g, Kohlenhydrate 49,1g,
Zucker 16,4g, Ballaststoffe 4,6g, Eiweiß 6,4g, Salz
2,79g, Natrium 1,11g, Broteinheiten 4,1



Scharfes Chili con Carne vom Rind s,
Sn
1167kj / 279kcal, Fett 10,8g, gesättigte Fettsäuren
4,2g, Kohlenhydrate 21,3g, Zucker 9,0g,
Ballaststoffe 8,1g, Eiweiß 20,1g, Salz 4,56g,
Natrium 1,83g, Broteinheiten 1,8



Vegetarisch

Tomatencremesuppe G, G1, M, Me, La,
S
Brötchen G, G1
895kj / 213kcal, Fett 7,0g, gesättigte Fettsäuren
2,8g, Kohlenhydrate 30,5g, Zucker 5,9g,
Ballaststoffe 2,7g, Eiweiß 5,4g, Salz 2,21g, Natrium
0,89g, Broteinheiten 2,5


Mini-Karotten-Ecke; mit
Knusperpanade G, G1, G3, M, Me, La
Kräuterkartoffeln
1956kj / 468kcal, Fett 20,2g, gesättigte Fettsäuren
2,0g, Kohlenhydrate 58,9g, Zucker 4,4g,
Ballaststoffe 9,7g, Eiweiß 6,8g, Salz 2,56g, Natrium
1,03g, Broteinheiten 5,0


Rahmspinat M, Me, La
Salzkartoffeln
1164kj / 278kcal, Fett 12,3g, gesättigte Fettsäuren
1,9g, Kohlenhydrate 30,9g, Zucker 5,7g,
Ballaststoffe 6,0g, Eiweiß 6,7g, Salz 3,05g, Natrium
1,21g, Broteinheiten 2,6


Asiatische Gemüsesoße "süß-sauer"
Sb
Wildreismischung mit Gemüse
1022kj / 241kcal, Fett 1,1g, Kohlenhydrate 49,1g,
Zucker 16,4g, Ballaststoffe 4,6g, Eiweiß 6,4g, Salz
2,79g, Natrium 1,11g, Broteinheiten 4,1


Penne-Nudeln in cremiger
Tomatensoße G, G1, M, Me, La
1488kj / 353kcal, Fett 9,2g, gesättigte Fettsäuren
5,0g, Kohlenhydrate 54,8g, Zucker 10,9g,
Ballaststoffe 4,0g, Eiweiß 10,2g, Salz 3,40g,
Natrium 1,35g, Broteinheiten 4,6


Änderungen vorbehalten. Allergeninformationen liegen zur Einsicht in der Küche vor. Artikel mit Sternchen (*) enthalten keine Angaben.

Mensa Oberschule

Menü 1

MO

Pikante Gemüsesuppe "Soljanka"; mit Jagd- und Dauerwurst Sn 3, 20

16.09.2019

Brötchen G, G1

1797kJ / 431kcal, Fett 21,8g, gesättigte Fettsäuren 7,8g, Kohlenhydrate 40,9g, Zucker 12,5g, Ballaststoffe 5,3g, Eiweiß 14,3g, Salz 4,07g, Natrium 1,65g, Broteinheiten 3,3



DI

Schweineschnitzel; paniert G, G1
Soße "Balkan Art" G, G1, Sn

17.09.2019

Langkornreis

1874kJ / 443kcal, Fett 12,4g, gesättigte Fettsäuren 1,9g, Kohlenhydrate 61,8g, Zucker 7,7g, Ballaststoffe 3,5g, Eiweiß 19,3g, Salz 3,39g, Natrium 1,35g, Broteinheiten 5,2



MI

Blaubeerpfannkuchen G, G1, Ei, M, Me, La
Vanillesoße G, G1, M, Me, La

18.09.2019

2123kJ / 505kcal, Fett 16,2g, gesättigte Fettsäuren 6,4g, Kohlenhydrate 73,0g, Zucker 29,6g, Ballaststoffe 5,3g, Eiweiß 14,2g, Salz 0,91g, Broteinheiten 6,2



DO

Bunte Meereswelt; geformte Portionen aus Alaska-Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft), paniert G, G1, Fi
Soße "Gärtnerin Art" M, Me, La, S
Salzkartoffeln

19.09.2019

2270kJ / 541kcal, Fett 23,3g, gesättigte Fettsäuren 6,6g, Kohlenhydrate 60,7g, Zucker 7,3g, Ballaststoffe 6,6g, Eiweiß 17,8g, Salz 4,41g, Natrium 1,76g, Broteinheiten 5,2



FR

Vegetarische Bolognese G, G1, G3, S
Makkaroni G, G1

20.09.2019

1844kJ / 436kcal, Fett 6,8g, gesättigte Fettsäuren 0,9g, Kohlenhydrate 70,2g, Zucker 9,0g, Ballaststoffe 5,9g, Eiweiß 20,4g, Salz 2,34g, Natrium 0,96g, Broteinheiten 5,9



Allergie

Pikante Gemüsesuppe "Soljanka"; mit Jagd- und Dauerwurst Sn 3, 20

1360kJ / 328kcal, Fett 21,2g, gesättigte Fettsäuren 7,6g, Kohlenhydrate 20,8g, Zucker 12,0g, Ballaststoffe 3,6g, Eiweiß 10,8g, Salz 3,44g, Natrium 1,40g, Broteinheiten 1,6



Kartoffelrösti
Apfelmus

1373kJ / 327kcal, Fett 13,5g, gesättigte Fettsäuren 1,0g, Kohlenhydrate 45,8g, Zucker 11,6g, Ballaststoffe 4,7g, Eiweiß 3,5g, Salz 1,33g, Natrium 0,52g, Broteinheiten 3,7



Reispfanne; mit Hähnchengyros
Quarkdip - lactosefrei *

1940kJ / 462kcal, Fett 15,7g, gesättigte Fettsäuren 2,7g, Kohlenhydrate 54,0g, Zucker 3,5g, Ballaststoffe 3,6g, Eiweiß 23,7g, Salz 3,20g, Natrium 1,27g, Broteinheiten 4,6



Alaska-Seelachs-Nuggets in Tomatenmarinade; aus nachhaltiger Fischwirtschaft Fi, Sb
Djuvec-Reis; (Gemüse-Curry-Reis) Sn

1354kJ / 323kcal, Fett 9,0g, gesättigte Fettsäuren 1,1g, Kohlenhydrate 39,7g, Zucker 2,0g, Ballaststoffe 2,7g, Eiweiß 19,3g, Salz 3,31g, Natrium 1,34g, Broteinheiten 3,3



Tomatensoße "Italia" s
Spiralnudeln "glutenfrei"; Spiralnudeln aus Mais und Kichererbsen

1839kJ / 435kcal, Fett 5,1g, gesättigte Fettsäuren 1,2g, Kohlenhydrate 87,5g, Zucker 5,4g, Ballaststoffe 3,5g, Eiweiß 7,8g, Salz 1,02g, Broteinheiten 7,4



Vegetarisch

Steckrübeneintopf M, Me, La, S
Brötchen G, G1

1729kJ / 415kcal, Fett 20,2g, gesättigte Fettsäuren 4,2g, Kohlenhydrate 44,9g, Zucker 8,1g, Ballaststoffe 9,7g, Eiweiß 7,5g, Salz 3,99g, Natrium 1,57g, Broteinheiten 3,7



Kartoffelrösti
Apfelmus

1373kJ / 327kcal, Fett 13,5g, gesättigte Fettsäuren 1,0g, Kohlenhydrate 45,8g, Zucker 11,6g, Ballaststoffe 4,7g, Eiweiß 3,5g, Salz 1,33g, Natrium 0,52g, Broteinheiten 3,7



Blaubeerpfannkuchen G, G1, Ei, M, Me, La
Vanillesoße G, G1, M, Me, La

2123kJ / 505kcal, Fett 16,2g, gesättigte Fettsäuren 6,4g, Kohlenhydrate 73,0g, Zucker 29,6g, Ballaststoffe 5,3g, Eiweiß 14,2g, Salz 0,91g, Broteinheiten 6,2



Blumenkohl-Brokkoli "naturell"
Sauce à la Hollandaise; (ohne Alkohol) G, G1, M, Me, La, S
Salzkartoffeln

1153kJ / 276kcal, Fett 12,6g, gesättigte Fettsäuren 4,9g, Kohlenhydrate 30,6g, Zucker 6,2g, Ballaststoffe 5,8g, Eiweiß 6,0g, Salz 3,58g, Natrium 1,43g, Broteinheiten 2,7



Vegetarische Bolognese G, G1, G3, S
Makkaroni G, G1


1844kJ / 436kcal, Fett 6,8g, gesättigte Fettsäuren 0,9g, Kohlenhydrate 70,2g, Zucker 9,0g, Ballaststoffe 5,9g, Eiweiß 20,4g, Salz 2,34g, Natrium 0,96g, Broteinheiten 5,9





Änderungen vorbehalten. Allergeninformationen liegen zur Einsicht in der Küche vor. Artikel mit Sternchen (*) enthalten keine Angaben.

Mensa Oberschule


Menü 1

MO
23.09.2019 **Bauerneintopf; mit Rindswurst s 3, 20**
Brötchen G, G1
1965kJ / 471kcal, Fett 22,6g, gesättigte Fettsäuren 7,4g, Kohlenhydrate 44,1g, Zucker 6,9g, Ballaststoffe 9,3g, Eiweiß 17,5g, Salz 4,51g, Natrium 1,81g, Broteinheiten 3,7



DI
24.09.2019 **Hähnchenbrustfilet "Natur"; gebraten**
Tomatensoße "Italia" s
Langkornreis
1519kJ / 358kcal, Fett 5,0g, gesättigte Fettsäuren 1,4g, Kohlenhydrate 48,0g, Zucker 4,5g, Ballaststoffe 2,8g, Eiweiß 29,2g, Salz 2,82g, Natrium 1,12g, Broteinheiten 4,1



MI
25.09.2019 **Rotes Gemüsecurry M, Me, La**
Basmatireis
2196kJ / 524kcal, Fett 24,2g, gesättigte Fettsäuren 13,8g, Kohlenhydrate 64,4g, Zucker 9,6g, Ballaststoffe 3,9g, Eiweiß 9,8g, Salz 2,43g, Natrium 0,97g, Broteinheiten 5,4



DO
26.09.2019 **Currywurst vom Schwein; in pikanter Ketchupsoße sn 3**
Steakhouse frites
2506kJ / 600kcal, Fett 30,2g, gesättigte Fettsäuren 11,8g, Kohlenhydrate 59,8g, Zucker 17,1g, Ballaststoffe 3,6g, Eiweiß 20,0g, Salz 3,46g, Natrium 1,37g, Broteinheiten 4,9



FR
27.09.2019 **Omelette mit Gemüsefüllung G, G1, Ei, M, Me, La**
Helle Cremesoße M, Me, S
Stampfkartoffeln M, Me, La
1884kJ / 450kcal, Fett 23,8g, gesättigte Fettsäuren 9,0g, Kohlenhydrate 38,4g, Zucker 10,5g, Ballaststoffe 4,3g, Eiweiß 18,0g, Salz 4,27g, Natrium 1,69g, Broteinheiten 3,2


Allergie

Bauerneintopf; mit Rindswurst s 3, 20
1528kJ / 368kcal, Fett 22,0g, gesättigte Fettsäuren 7,2g, Kohlenhydrate 24,0g, Zucker 6,4g, Ballaststoffe 7,6g, Eiweiß 14,0g, Salz 3,88g, Natrium 1,56g, Broteinheiten 2,0



Hähnchenbrustfilet "Natur"; gebraten
Tomatensoße "Italia" s
Langkornreis
1519kJ / 358kcal, Fett 5,0g, gesättigte Fettsäuren 1,4g, Kohlenhydrate 48,0g, Zucker 4,5g, Ballaststoffe 2,8g, Eiweiß 29,2g, Salz 2,82g, Natrium 1,12g, Broteinheiten 4,1



Vegetarische Linsensuppe s
1002kJ / 240kcal, Fett 7,5g, gesättigte Fettsäuren 0,6g, Kohlenhydrate 31,2g, Zucker 3,0g, Ballaststoffe 4,5g, Eiweiß 9,0g, Salz 2,25g, Natrium 0,90g, Broteinheiten 2,7



Currywurst vom Schwein; in pikanter Ketchupsoße sn 3
Steakhouse frites
2506kJ / 600kcal, Fett 30,2g, gesättigte Fettsäuren 11,8g, Kohlenhydrate 59,8g, Zucker 17,1g, Ballaststoffe 3,6g, Eiweiß 20,0g, Salz 3,46g, Natrium 1,37g, Broteinheiten 4,9



Kartoffelpfanne "vegetarisch"
Kräuterquark (20%) lactosefrei *
1719kJ / 412kcal, Fett 13,8g, gesättigte Fettsäuren 5,2g, Kohlenhydrate 47,2g, Zucker 10,7g, Ballaststoffe 18,4g, Eiweiß 14,4g, Salz 4,27g, Natrium 1,73g, Broteinheiten 4,1


Vegetarisch

Süßkartoffelsuppe mit Ingwer M, Me, La
Brötchen G, G1
1258kJ / 300kcal, Fett 11,1g, gesättigte Fettsäuren 7,5g, Kohlenhydrate 42,5g, Zucker 12,4g, Ballaststoffe 3,9g, Eiweiß 5,4g, Salz 3,92g, Natrium 1,57g, Broteinheiten 3,6


Gemüseuggets; paniert G, G1, Ei, M, Me, La, S, Se
Senfsoße G, G1, M, Me, La, S, Sn
Frühlingspüree M, Me, La
2105kJ / 504kcal, Fett 25,9g, gesättigte Fettsäuren 5,5g, Kohlenhydrate 54,9g, Zucker 6,9g, Ballaststoffe 7,0g, Eiweiß 8,4g, Salz 4,55g, Natrium 1,82g, Broteinheiten 4,5


Rotes Gemüsecurry M, Me, La
Basmatireis
2196kJ / 524kcal, Fett 24,2g, gesättigte Fettsäuren 13,8g, Kohlenhydrate 64,4g, Zucker 9,6g, Ballaststoffe 3,9g, Eiweiß 9,8g, Salz 2,43g, Natrium 0,97g, Broteinheiten 5,4


Veggie-Currywurst; aus Soja und Weizen; in milder Tomatensoße G, G1, Ei, (E), Sb, Sn
Steakhouse frites
1629kJ / 388kcal, Fett 11,0g, gesättigte Fettsäuren 3,5g, Kohlenhydrate 55,9g, Zucker 12,6g, Ballaststoffe 3,4g, Eiweiß 14,4g, Salz 2,24g, Natrium 0,89g, Broteinheiten 4,6


Omelette mit Gemüsefüllung G, G1, Ei, M, Me, La
Helle Cremesoße M, Me, S
Stampfkartoffeln M, Me, La
1884kJ / 450kcal, Fett 23,8g, gesättigte Fettsäuren 9,0g, Kohlenhydrate 38,4g, Zucker 10,5g, Ballaststoffe 4,3g, Eiweiß 18,0g, Salz 4,27g, Natrium 1,69g, Broteinheiten 3,2


Änderungen vorbehalten. Allergeninformationen liegen zur Einsicht in der Küche vor. Artikel mit Sternchen (*) enthalten keine Angaben.

Menü 1

Allergie

Mo 19.08.2019	Erbsensuppe "vegetarisch" Enthält: Sellerie Brötchen Enthält: Gluten, Weizen
Di 20.08.2019	Veggie-Schnitzel; aus Soja Enthält: Gluten, Weizen, Soja Kräuterquark (20%) * Kartoffelspalten mit Schale
Mi 21.08.2019	Geflügelbratwurst Klassische Bratensoße Enthält: Sellerie, Senf Sauerkraut ohne Speck Salzkartoffeln
Do 22.08.2019	Pfannkuchen mit Nuss-Nougat-Creme Enthält: Gluten, Weizen, Eier, (Erdnüsse), Soja, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Schalenfrüchte, Haselnüsse Vanillesoße Enthält: Gluten, Weizen, Milch, Milcheiweiß, Laktose
Fr 23.08.2019	Bolognese aus Hähnchenfleisch Enthält: Gluten, Weizen, Sellerie Makkaroni Enthält: Gluten, Weizen

Mo 19.08.2019	Grüne Bohnen-Eintopf; mit Rindfleisch Enthält: Sellerie
Di 20.08.2019	Veggie-Burger; Burgerpatty aus Kichererbsen und rote Bete Enthält: Senf Kartoffelspalten mit Schale
Mi 21.08.2019	Geflügelbratwurst Klassische Bratensoße Enthält: Sellerie, Senf Sauerkraut ohne Speck Salzkartoffeln
Do 22.08.2019	Rindergeschnetzeltes; in Bratensoße Enthält: Senf Langkornreis
Fr 23.08.2019	Tomatensoße "Italia" Enthält: Sellerie Spiralnudeln "glutenfrei"; Spiralnudeln aus Mais und Kichererbsen

Änderungen vorbehalten. Allergeninformationen liegen zur Einsicht in der Küche vor. Artikel mit Sternchen (*) enthalten keine Angaben.

Vegetarisch

Mo 19.08.2019	Erbsensuppe "vegetarisch" Enthält: Sellerie Brötchen Enthält: Gluten, Weizen
Di 20.08.2019	Veggie-Schnitzel; aus Soja Enthält: Gluten, Weizen, Soja Kräuterquark (20%) * Kartoffelspalten mit Schale
Mi 21.08.2019	Kartoffel-Quark-Ecke Enthält: Eier, Milch, Milcheiweiß, Laktose Soße "Gärtnerin Art" Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sellerie Salzkartoffeln
Do 22.08.2019	Pfannkuchen mit Nuss-Nougat-Creme Enthält: Gluten, Weizen, Eier, (Erdnüsse), Soja, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Schalenfrüchte, Haselnüsse Vanillesoße Enthält: Gluten, Weizen, Milch, Milcheiweiß, Laktose
Fr 23.08.2019	Vegetarische Bolognese Enthält: Gluten, Weizen, Gerste, Sellerie Makkaroni Enthält: Gluten, Weizen

Änderungen vorbehalten. Allergeninformationen liegen zur Einsicht in der Küche vor. Artikel mit Sternchen (*) enthalten keine Angaben.

Menü 1

Allergie

Mo	Bio Sommergemüse-Eintopf Enthält: Sellerie Brötchen Enthält: Gluten, Weizen
26.08.2019	
Di	Nasi Goreng mit Huhnfleisch Enthält: Senf
27.08.2019	
Mi	Kleine Germknödel "Natur" Enthält: Gluten, Weizen, Eier, Milch, Milcheiweiß, Laktose Rote Fruchtgrütze
28.08.2019	
Do	Alaska-Seelachs "Mediterran"; aus nachhaltiger Fischwirtschaft Enthält: Fisch, Soja Röstkartoffeln
29.08.2019	
	Gurkensalat *
Fr	Hähnchenfleisch in milder Tomatensoße Enthält: Gluten, Weizen Makkaroni Enthält: Gluten, Weizen
30.08.2019	

Mo	Bio Sommergemüse-Eintopf Enthält: Sellerie
26.08.2019	
Di	Nasi Goreng mit Huhnfleisch Enthält: Senf
27.08.2019	
Mi	Schweinegulasch "Hausfrauen Art" Enthält: Sellerie Rotkohl
28.08.2019	
	Salzkartoffeln
Do	Alaska-Seelachs "Mediterran"; aus nachhaltiger Fischwirtschaft Enthält: Fisch, Soja Röstkartoffeln
29.08.2019	
Fr	Hähnchenfleisch in milder Tomatensoße Enthält: Gluten, Weizen Spiralnudeln "glutenfrei"; Spiralnudeln aus Mais und Kichererbsen
30.08.2019	

Änderungen vorbehalten. Allergeninformationen liegen zur Einsicht in der Küche vor. Artikel mit Sternchen (*) enthalten keine Angaben.

Vegetarisch

Mo 26.08.2019	Vegetarisches Chili Enthält: Gluten, Weizen, Gerste, Soja Brötchen Enthält: Gluten, Weizen
Di 27.08.2019	Gemüsenuggets; paniert Enthält: Gluten, Weizen, Eier, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sellerie, Sesam Bunter Gemüsereis
Mi 28.08.2019	Kleine Germknödel "Natur" Enthält: Gluten, Weizen, Eier, Milch, Milcheiweiß, Laktose Rote Fruchtgrütze
Do 29.08.2019	Kaisergemüse "naturell" Sauce à la Hollandaise; (ohne Alkohol) Enthält: Gluten, Weizen, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sellerie Röstkartoffeln
Fr 30.08.2019	Kräuterquark (20%) * Salzkartoffeln

Änderungen vorbehalten. Allergeninformationen liegen zur Einsicht in der Küche vor. Artikel mit Sternchen (*) enthalten keine Angaben.

Menü 1

Allergie

Mo	Tomatensuppe; mit Reis und Rindfleischklößchen Enthält: Gluten, Weizen, Sellerie Brötchen Enthält: Gluten, Weizen
02.09.2019	
Di	Kartoffeltaschen - Quarkdip
03.09.2019	
Mi	Hühnerfrikassee "Frühlings Art" Enthält: Gluten, Weizen, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sellerie Langkornreis
04.09.2019	
Do	Jagdwurstgulasch; in milder Tomatensoße Enthält: Senf Makkaroni Enthält: Gluten, Weizen
05.09.2019	
Fr	Geschnittener Eierpfannkuchen; (Kaiserschmarrn ohne Rosinen) Enthält: Gluten, Weizen, Eier, Milch, Milcheiweiß, Laktose Apfelmus Enthält: (Gluten), (Erdnüsse), (Milch), (Milcheiweiß), (Laktose), (Schalenfrüchte)
06.09.2019	

Mo	Bio Kartoffel-Möhren-Eintopf Enthält: Sellerie
02.09.2019	
Di	Reis-Gemüse-Pfanne; mit Fischnuggets vom Alaska Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) Enthält: Fisch, Sellerie, Senf
03.09.2019	
Mi	Süßkartoffel-Herzchen; mit Mais und Zucchini
04.09.2019	Röstkartoffeln
Do	Tomatensoße "Italia" Enthält: Sellerie Spiralnudeln "glutenfrei"; Spiralnudeln aus Mais und Kichererbsen
05.09.2019	
Fr	Bio Rindfleischfrikadelle
06.09.2019	Klassische Bratensoße Enthält: Sellerie, Senf Möhren "naturell"
	Salzkartoffeln

Änderungen vorbehalten. Allergeninformationen liegen zur Einsicht in der Küche vor. Artikel mit Sternchen (*) enthalten keine Angaben.

Vegetarisch

Mo

Bio Kartoffel-Möhren-Eintopf

Enthält: Sellerie

Brötchen

Enthält: Gluten, Weizen

02.09.2019

Di

03.09.2019

Mi

Süßkartoffel-Herzchen; mit Mais und Zucchini

04.09.2019

Helle Cremesoße

Enthält: Milch, Milcheiweiß, Sellerie

Röstkartoffeln

Do

Tomatensoße "Italia"

Enthält: Sellerie

Makkaroni

Enthält: Gluten, Weizen

05.09.2019

Fr

Geschnittener Eierpfannkuchen; (Kaiserschmarrn ohne Rosinen)

Enthält: Gluten, Weizen, Eier, Milch, Milcheiweiß, Laktose

Apfelmus

06.09.2019

Änderungen vorbehalten. Allergeninformationen liegen zur Einsicht in der Küche vor. Artikel mit Sternchen () enthalten keine Angaben.*

Menü 1

Allergie

Mo 09.09.2019	Reiseintopf "Mecklenburger Art"; mit Huhnfleisch Enthält: Sellerie Brötchen Enthält: Gluten, Weizen
Di 10.09.2019	Gegrillte Hähnchenkeule Kräuterkartoffeln
Mi 11.09.2019	Rahmspinat Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose Knusprig paniertes Dorsch; aus nachhaltiger Fischwirtschaft Enthält: Gluten, Weizen, Fisch Salzkartoffeln
Do 12.09.2019	Milchreis Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose Apfelmus
Fr 13.09.2019	Penne-Nudeln in cremiger Tomatensoße Enthält: Gluten, Weizen, Milch, Milcheiweiß, Laktose

Mo 09.09.2019	Reiseintopf "Mecklenburger Art"; mit Huhnfleisch Enthält: Sellerie
Di 10.09.2019	Gegrillte Hähnchenkeule Kräuterkartoffeln
Mi 11.09.2019	Indian Chicken Enthält: Sellerie, Senf
Do 12.09.2019	Asiatische Gemüsesoße "süß-sauer" Enthält: Soja Wildreismischung mit Gemüse
Fr 13.09.2019	Scharfes Chili con Carne vom Rind Enthält: Sellerie, Senf

Änderungen vorbehalten. Allergeninformationen liegen zur Einsicht in der Küche vor. Artikel mit Sternchen (*) enthalten keine Angaben.

Vegetarisch

Mo

Tomatencremesuppe

Enthält: **Gluten, Weizen, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sellerie**
Brötchen

Enthält: **Gluten, Weizen**

09.09.2019

Di

Mini-Karotten-Ecke; mit Knusperpanade

Enthält: **Gluten, Weizen, Gerste, Milch, Milcheiweiß, Laktose**

Kräuterkartoffeln

10.09.2019

Mi

Rahmspinat

Enthält: **Milch, Milcheiweiß, Laktose**

Salzkartoffeln

11.09.2019

Do

Asiatische Gemüsesoße "süß-sauer"

Enthält: **Soja**

Wildreismischung mit Gemüse

12.09.2019

Fr

Penne-Nudeln in cremiger Tomatensoße

Enthält: **Gluten, Weizen, Milch, Milcheiweiß, Laktose**

13.09.2019

Änderungen vorbehalten. Allergeninformationen liegen zur Einsicht in der Küche vor. Artikel mit Sternchen () enthalten keine Angaben.*

Menü 1

Allergie

Mo 16.09.2019	Pikante Gemüsesuppe "Soljanka"; mit Jagd- und Dauerwurst Enthält: Senf Brötchen Enthält: Gluten, Weizen
Di 17.09.2019	Schweineschnitzel; paniert Enthält: Gluten, Weizen Soße "Balkan Art" Enthält: Gluten, Weizen, Senf Langkornreis
Mi 18.09.2019	Blaubeerpfannkuchen Enthält: Gluten, Weizen, Eier, Milch, Milcheiweiß, Laktose Vanillesoße Enthält: Gluten, Weizen, Milch, Milcheiweiß, Laktose
Do 19.09.2019	Bunte Meereswelt; geformte Portionen aus Alaska-Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft), paniert Enthält: Gluten, Weizen, Fisch Soße "Gärtnerin Art" Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sellerie Salzkartoffeln
Fr 20.09.2019	Vegetarische Bolognese Enthält: Gluten, Weizen, Gerste, Sellerie Makkaroni Enthält: Gluten, Weizen

Mo 16.09.2019	Pikante Gemüsesuppe "Soljanka"; mit Jagd- und Dauerwurst Enthält: Senf
Di 17.09.2019	Kartoffelrösti Apfelmus
Mi 18.09.2019	Reispfanne; mit Hähnchengyros Quarkdip - lactosefrei *
Do 19.09.2019	Alaska-Seelachs-Nuggets in Tomatenmarinade; aus nachhaltiger Fischwirtschaft Enthält: Fisch, Soja Djuvec-Reis; (Gemüse-Curry-Reis) Enthält: Senf
Fr 20.09.2019	Tomatensoße "Italia" Enthält: Sellerie Spiralnudeln "glutenfrei"; Spiralnudeln aus Mais und Kichererbsen

Änderungen vorbehalten. Allergeninformationen liegen zur Einsicht in der Küche vor. Artikel mit Sternchen (*) enthalten keine Angaben.

Vegetarisch

Mo	Steckrübeneintopf Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sellerie
16.09.2019	Brötchen Enthält: Gluten, Weizen
Di	Kartoffelrösti
17.09.2019	Apfelmus
Mi	Blaubeerpfannkuchen Enthält: Gluten, Weizen, Eier, Milch, Milcheiweiß, Laktose
18.09.2019	Vanillesoße Enthält: Gluten, Weizen, Milch, Milcheiweiß, Laktose
Do	Blumenkohl-Brokkoli "naturell"
19.09.2019	Sauce à la Hollandaise; (ohne Alkohol) Enthält: Gluten, Weizen, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sellerie Salzkartoffeln
Fr	Vegetarische Bolognese Enthält: Gluten, Weizen, Gerste, Sellerie
20.09.2019	Makkaroni Enthält: Gluten, Weizen

Änderungen vorbehalten. Allergeninformationen liegen zur Einsicht in der Küche vor. Artikel mit Sternchen (*) enthalten keine Angaben.

Menü 1

Allergie

Mo	Bauerneintopf; mit Rindswurst Enthält: Sellerie Brötchen Enthält: Gluten, Weizen
23.09.2019	
Di	Hähnchenbrustfilet "Natur"; gebraten
24.09.2019	Tomatensoße "Italia" Enthält: Sellerie Langkornreis
Mi	Rotes Gemüsecurry Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose Basmatireis
25.09.2019	
Do	Currywurst vom Schwein; in pikanter Ketchupsoße Enthält: Senf Steakhouse frites
26.09.2019	
Fr	Omelette mit Gemüsefüllung Enthält: Gluten, Weizen, Eier, Milch, Milcheiweiß, Laktose Helle Cremesoße Enthält: Milch, Milcheiweiß, Sellerie Stampfkartoffeln Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose
27.09.2019	

Mo	Bauerneintopf; mit Rindswurst Enthält: Sellerie
23.09.2019	
Di	Hähnchenbrustfilet "Natur"; gebraten
24.09.2019	Tomatensoße "Italia" Enthält: Sellerie Langkornreis
Mi	Vegetarische Linsensuppe Enthält: Sellerie
25.09.2019	
Do	Currywurst vom Schwein; in pikanter Ketchupsoße Enthält: Senf Steakhouse frites
26.09.2019	
Fr	Kartoffelpfanne "vegetarisch"
27.09.2019	Kräuterquark (20%) lactosefrei *

Änderungen vorbehalten. Allergeninformationen liegen zur Einsicht in der Küche vor. Artikel mit Sternchen (*) enthalten keine Angaben.

Vegetarisch

Mo	Süßkartoffelsuppe mit Ingwer Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose Brötchen Enthält: Gluten, Weizen
23.09.2019	
Di	Gemüsenuggets; paniert Enthält: Gluten, Weizen, Eier, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sellerie, Sesam Senfsoße Enthält: Gluten, Weizen, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sellerie, Senf Frühlingspüree Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose
24.09.2019	
Mi	Rotes Gemüsecurry Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose Basmatireis
25.09.2019	
Do	Veggie-Currywurst; aus Soja und Weizen; in milder Tomatensoße Enthält: Gluten, Weizen, Eier, (Erdnüsse), Soja, Senf Steakhouse frites
26.09.2019	
Fr	Omelette mit Gemüsefüllung Enthält: Gluten, Weizen, Eier, Milch, Milcheiweiß, Laktose Helle Cremesoße Enthält: Milch, Milcheiweiß, Sellerie Stampfkartoffeln Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose
27.09.2019	

Änderungen vorbehalten. Allergeninformationen liegen zur Einsicht in der Küche vor. Artikel mit Sternchen (*) enthalten keine Angaben.