

Speiseplan Mensa November 2021

GS Herzogenaurach - vegetarisch



KW 44

01. Montag: **Feiertag - Allerheiligen**
 02. Dienstag:
 03. Mittwoch:
 04. Donnerstag:
 05. Freitag:

KW 45

08. Montag: Feiner Gemüsestrudel ^{14,15,AW,C,G,I} mit Tomatensoße ^{14,G}, danach Pudding ^{1,14,G}
 09. Dienstag: Italienische Pasta ^{AW} mit Gemüsebolognesesoße ^{14,G,I} & Parmesan ^{14,15,C,G}, danach Salat ^{3,14,G,J,L}
 10. Mittwoch: Gemüsefrikadelle ^{15,AW,C} mit Salzkartoffeln ^{14,G} & Remoulade^{1,2,9,14,15,AW,C,G,J}, danach Obst
 11. Donnerstag: Würzige Spinatknödel ^{14,15,AW,C,G} mit Parmesansoße ^{14,15,C,G}, danach Früchte-Joghurt ^{14,G}
 12. Freitag: **kein Essen**

KW 46

15. Montag: Feine Kürbis-Kartoffel-Suppe ^{14,G,I}, danach Pfannkuchen ^{14,15,AW,C,G} mit Erdbeerkonfitüre
 16. Dienstag: Geb. Kartoffeltaschen (Tomate-Mozzarella) ^{14,15,AW,C,G} mit Kräuterquark ^{14,G}, danach Salat ^{3,14,G,J,L}
 17. Mittwoch: **Buß- und Betttag**
 18. Donnerstag: Orient.Falafelbällchen ^{12,AW} mit Tomatenreis & mildem Tsatsiki ^{14,G}, danach Quarkbällchen ^{14,15,AW,C,G}
 19. Freitag: **kein Essen**

KW 47

22. Montag: Hausgemachte Gemüselasagne ^{14,AW,G,I} dazu Salat ^{3,14,G,J,L}
 23. Dienstag: Kräuter-Rahm-Schwammerl ^{14,G} mit Ebly ^{AW}, danach Joghurt mit Müsli ^{14,AW,AH,AG,HH,G}
 24. Mittwoch: Mini-Germknödel (Heidelbeerfülle) ^{14,15,AW,C,G} mit Vanillesoße ^{14,G}, danach Obst
 25. Donnerstag: Italienische Pasta ^{AW} mit Tomatensoße ^{14,G}, & Parmesan ^{14,15,C,G}, danach Apfel-Grieß-Pudding ^{3,14,AW,G}
 26. Freitag: **kein Essen**

KW 48

29. Montag: Saftige, gratinierte Käsespätzle ^{14,15,AW,C,G} mit Röstzwiebeln ^{AW} und buntem Salat ^{3,14,G,J,L}
 30. Dienstag: Cremiger Backfrischkäse ^{14,AG,AR,AW,G} mit hausgemachtem Kartoffelpüree ^{14,G} und Gurkensalat ^{3,14,G,J,L}

Herbstferien von 01.11. - 05.11.2021

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=Sesamsemen,

L=Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr als

10mg/kg oder 10mg/l, M=Lupine, N=Weichtiere