

Speiseplan Mensa Januar 2022

GS Herzogenaurach - vegetarisch

KW 2

- 10. Montag: Kartoffel-Gnocchi 15,C mit feiner Spinat-Sahne-Soße 14,G, danach Pudding 1,14,G
- 11. Dienstag: Italienische Pasta AW mit mediterraner Tomatensoße 14,G, & Parmesan 14,15,C,G, danach Salat 3,14,G,J,L
- 12. Mittwoch: Gemüsekugeln 15,AW,C mit Salzkartoffeln 14,G, danach Obst
- 13. Donnerstag: Cremige Gemüsesuppe 14,G, danach feine Pfannkuchen 14,15,AW,C,G mit Erdbeerkonfitüre
- 14. Freitag: Eier-Spätzle 15,AW,C mit vegetarischer Soße 14,G und Salat 3,14,G,J,L

KW 3

- 17. Montag: Knusprige Pizza Schiffchen "Tomate-Mozzarella" dazu Salat 3,14,G,J,L
- 18. Dienstag: Spinat-Karotten-Rösti 14,15,AW,AH,C,G mit hausgemachter Sour-Cream 14,G, danach Salat 3,14,G,J,L
- 19. Mittwoch: Italienische Pasta AW mit Soja-Bolognesesoße F,I, & Parmesan 14,15,C,G, danach Vanillequark 1,14,G
- 20. Donnerstag: Feine Apfelküchle 14,15,AW,C,G mit Vanillesoße 14,G, danach Obst
- 21. Freitag: Buntes Gemüsegulasch mit Böhmischen Knödeln 14,15,AW,C,G, danach Apfelmus 3

KW 4

- 24. Montag: Blumenkohl-Käse-Medaillon 12,14,AW,AG,G & Kartoffelpüree 14,G, danach Salat 3,14,G,J,L
- 25. Dienstag: Langkornreis mit Zucchini-Tomaten-Rahm-Gemüse 14,G, danach Stracciatella-Quark 14,G
- 26. Mittwoch: Schupfnudeln 15,AW,C,I mit bunter Käsesoße 14,15,C,G, danach Gurkensalat 3,14,G,J,L
- 27. Donnerstag: Süßer Milchreis 14,G mit fruchtigen Pflaumenwürfeln, danach Obst
- 28. Freitag: Bunte Gemüsesuppe 14,G, mit frischem Schwarzbrot AW,F, danach Apfel-Grieß-Pudding 3,14,AW,G

KW 5

- 31. Montag: Hausgemachte Lasagne mit Blattspinat & Rahm 14,AW,G dazu Salat 3,14,G,J,L

Weihnachtsferien von 24.12. - 07.01.22

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=Sesam, L=Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr als

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