

# Speiseplan Mensen - Oktober 2022

## GS Herzogenaurach - vegetarisch

KW 40

- 03. Montag: Feiertag - Tag der Deutschen Einheit**  
 04. Dienstag: Brokkolisuppe 14,G, danach Pfannkuchen 14,15,AW,C,G mit Erdbeerkonfitüre  
 05. Mittwoch: Mediterranes Ratatouille-Gemüse mit gedämpften Kartoffeln 14,G, danach Obst  
 06. Donnerstag: Italienische Pasta AW mit Soja-Bolognesesoße 14,G,F & Parmesan 14,15,C,G, danach Salat 3,14,G,J,L  
 07. Freitag: kein Essen!

KW 41

10. Montag: Hausgem. Gemüsefrikadelle 14,15,AW,C,G,F mit Bratensoße 14,G,I und Kroketten 12,14,G, danach Salat 3,14,G,J,L  
 11. Dienstag: Blumenkohl-Käse-Medaillon 12,14,15,AW,C,G mit Kartoffeln 14,G & Remoulade 1,2,9,14,AW,C,G,J,L, Quarkbällchen 14,15,AW,C,G  
 12. Mittwoch: Leckerer Milchreis 14,G mit Apfel-Zimt-Kompott (kalt), danach Obst  
 13. Donnerstag: Bunte Gemüse-Köttbullar 15,C in dunkler Rahmsoße 14,G dazu Reis, danach Früchte-Joghurt 3,14,G  
 14. Freitag: kein Essen!

KW 42

17. Montag: Saftige, gratinierte Käsespätzle 14,15,AW,C,G mit Röstzwiebeln AW, dazu Salat 3,14,G,J,L  
 18. Dienstag: Italienische Pasta AW mit Tomaten-Basilikum-Soße 14,G & Parmesan 14,15,C,G, danach Schokoquark 1,14,G  
 19. Mittwoch: Mini-Germknödel (Heidelbeerfülle) 14,15,AW,C,G mit Vanillesoße 14,G, danach Gemüse-Rohkost  
 20. Donnerstag: Broccoli-Käse-Medaillon 12,14,15,AW,C,G mit Salzkartoffeln 14,G & Remoulade 1,2,9,14,15,AW,C,G,J, danach Obst  
 21. Freitag: kein Essen!

KW 43

24. Montag: Geb. Fetakäse 14,AW,G mit hausgem. Kartoffelpüree 14,G & Preiselbeeren, danach Salat 3,14,G,J,L  
 25. Dienstag: Leckere Gnocchi 15,C mit Spinat-Käse-Soße (püriert) 14,15,C,G & Parmesan 14,15,C,G, danach Früchte-Joghurt 3,14,  
 26. Mittwoch: Orient. Falafel-Bällchen 12,AW mit Tomatenreis & mildem Tsatsiki 14,G, danach Obst  
 27. Donnerstag: Zucchini-Creme-Suppe 14,G, danach Quarkkälchen 14,15,AW,C,G mit Apfelmus 3  
 28. Freitag: kein Essen!

KW 44

- 31. Montag: Ferien!**

Herbstferien vom 31.10 - 04.11.2022

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