

# Speiseplan Mensen - Oktober 2023

## GS Herzogenaurach


KW 40

02. Montag: Ofenfrischer Schweinebraten 14,G,I mit Kroketten 14,G, danach Salat 3,14,G,J,L  
 03. **Dienstag: Feiertag - Tag der Deutschen Einheit**  
 04. Mittwoch: Zartes Putengulasch 14,G mit Zartweizen-Ebly AW, danach Obst  
 05. Donnerstag: Italienische Pasta AW mit Tomaten-Basilikum-Soße 14,G & Parmesan 14,15,C,G, danach Salat 3,14,G,J,L  
 06. Freitag: kein Essen!

KW 41

09. Montag: Hausgemachte Lasagne "Bolognese" (Rind) 1,12,14,15,AW,C,G, dazu Salat 3,14,G,J,L  
 10. Dienstag: Italienische Pasta AW mit Broccoli-Käse-Soße 14,G & Parmesan 14,15,C,G, danach Salat 3,14,G,J,L  
 11. Mittwoch: Hähnchencrossies AW,AG mit hausgemachtem Kartoffelpüree 14,G, danach Salat 3,14,G,J,L  
 12. Donnerstag: Bunter Hühnertopf mit Möhrchen & Erbsen 14,G dazu Langkornreis, danach Obst  
 13. Freitag: kein Essen!

KW 42

16. Montag: Fischfiguren  AW,D mit hausgemachtem Kartoffel-Gurken-Salat J,L, danach Pudding 1,14,G  
 17. Dienstag: Feines Möhren-Süppchen 14,G, danach Pfannkuchen 14,15,AW,C,G mit Erdbeerkonfitüre  
 18. Mittwoch: Nudel-Tomaten-Auflauf mit Mozzarella überbacken 14,AW,G, dazu Salat 3,14,G,J,L  
 19. Donnerstag: Hähnchen-Gyros mit Tomatenreis & mildem Tsatsiki 14,G, danach Obst  
 20. Freitag: kein Essen!

KW 43

23. Montag: Hausgemachte Pizza "Margherita" 14,AW,G mit buntem Salat 3,14,G,J,L  
 24. Dienstag: Tortellini (Ricotta-Spinat) 14,15,AW,C,G mit fruchtiger Tomatensoße 14,G & Parmesan 14,15,C,G, Salat 3,14,G,J,L  
 25. Mittwoch: Deftiges Rindergulasch 14,G mit Langkornreis, danach Joghurt mit Müsli 14,AW,AH,AG,HH,G  
 26. Donnerstag: Hähnchen-Möhren-Geschnetzeltes 14,G mit Nudeln AW, danach Obst  
 27. Freitag: kein Essen!

KW 44

30. Montag: Döner AW (zum selbst belegen) mit Hähnchenfleisch, Salat und hausgem. Soße 3,14,15,C,G,J, danach Obst  
 31. Dienstag: Mini-Fleischbällchen (Geflügel) 12,15,AW,C,J mit dunkler Rahmsoße 14,G & Reis, danach Obst

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



DE-ÖKO-006

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