

# Speiseplan Mensen Oktober 2025

## GS Herzogenaurach - vegetarisch

KW 40

01. Mittwoch: Italienische Pasta AW mit Soja-Bolognesesoße 14,G,F,I & Parmesan 14,15,C,G danach Salat 1,3,14,G,J,L  
 02. Donnerstag: Kohlrabi-Creme-Suppe 14,G, Mini-Germknödel (Heidelbeerfülle) 12,15,AW,C dazu Vanillesoße 14,G  
 03. Freitag: **Feiertag - Tag der Deutschen Einheit**

KW 41

06. Montag: Mildes Chili sin Carne 14,G dazu Dinkelbrötchen AD,AR, danach Pudding 1,14,G  
 07. Dienstag: Kräuter-Rahm-Champignons14,G mit Spätzle14,15,AW,C,G, danach ein Quarkbällchen14,15,AW,C,G  
 08. Mittwoch: Hausgem. Gemüsekugeln12,14,15,AW,C,G,I mit Kartoffeln14,G,Remoulade1,2,9,14,15,AW,C,G,J,Obst  
 09. Donnerstag: Sahniger Milchreis 14,G mit Apfelmark 3 (kalt), danach Gemüse-Rohkost  
 10. Freitag: **Kein Essen**

KW 42

13. Montag: Geb. Camembert14,AW,G mit hausgem. Kartoffelpüree14,G & Preiselbeeren, Salat 1,3,14,G,J,L  
 14. Dienstag: Schmetterlingsnudeln AW mit Kürbis-Frischkäse-Soße 14,G, & Parmesan 14,15,C,G, Pudding 1,14,G  
 15. Mittwoch: Brokkoli-Creme-Suppe 14,G,I, danach süße Pfannkuchen 14,15,AW,C,G mit Erdbeerkonfitüre  
 16. Donnerstag: Tortellini"Gemüse"12,14,AW,G mit Tomaten-Basilikum-Soße14,G & Parmesan14,15,C,G, Salat1,3,14,G,J,L  
 17. Freitag: **Kein Essen**

KW 43

20. Montag: Hausgemachte Pizza "Margherita" 14,AW,G mit buntem Salat 1,3,14,G,J,L  
 21. Dienstag: Buntes Gemüse-Geschnetzeltes 14,G,I mit Langkornreis, danach Obst  
 22. Mittwoch: Nudel-Tomaten-Auflauf mit Mozzarella überbacken 14,AW,G, danach Gemüse-Rohkost  
 23. Donnerstag: Böhmisches Knödel 14,15,AW,C,G mit vege. Gemüsesoße 14,G,I, danach Milchreis-Dessert 14,G  
 24. Freitag: **Kein Essen**

KW 44

27. Montag: Döner AW (zum selbst belegen) mit Falafelbällchen AW, Salat & hausgem. Soße 3,14,15,C,G,J,Obst  
 28. Dienstag: Italienische Pasta AW mit Soja-Bolognesesoße 14,G,F,I & Parmesan 14,15,C,G, Vanille-Quark 1,14,G  
 29. Mittwoch: Saftige, gratinierte Käsespätzle 14,15,AW,C,G mit Röstzwiebeln AW mit buntem Salat 1,3,14,G,J,L  
 30. Donnerstag: Möhren-Creme-Suppe 14,G,I, danach süße Quarkkälchen 14,15,AW,C,G mit Apfelmark 3  
 31. Freitag: **Kein Essen**

### 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