

SPEISEPLAN

KW 21 • Menüplan vom 20.05. - 24.05.2019

Wochentag	Menü 1	Menü 2
Montag	<p>Kartoffelgratin^(c,f,e,i) mit Tomatensalat⁽ⁱ⁾, Naturjoghurt^(f,e) mit Himbeersauce (528 kcal, 17 Fett, 68 KH, 21 Eiweiß)</p> <p>Wahlweise: Falaffel^(c), Vollkornreis, Gemüse-Couscous⁽ⁱ⁾, Gemüsebolognese⁽ⁱ⁾, Eisbergsalat, Hausdressing^(a,j), Obst der Saison</p>	<p>Chili con Carne^(c,j) mit Baguette^(c), dazu Tomatensalat⁽ⁱ⁾ und Naturjoghurt^(f,e) mit Himbeersauce (612 kcal, 17 Fett, 81 KH, 30 Eiweiß)</p> <p>Wahlweise: Eisbergsalat, Hausdressing^(a,j), Obst der Saison</p>
Dienstag	<p>Blumenkohl-Käse Bratling^(c,f,e) mit Spinat^(1,2,c,i), Kokos-Currysauce^(f,e) und Reis, Bananenjoghurt^(f,e) (747 kcal, 33 Fett, 89 KH, 23 Eiweiß)</p> <p>Wahlweise: Salzkartoffeln, Mischsalat, Hausdressing^(a,j), Joghurt Dressing^(f,a,e), Obst der Saison</p>	<p>Schinkenspätzle^(c,f,a,e) mit Mischsalat und Hausdressing^(a,j), Bananenjoghurt^(f,e) (829 kcal, 42 Fett, 78 KH, 32 Eiweiß)</p> <p>Wahlweise: Hackfleisch-Gemüsepfanne^(f,e), Reis, Salzkartoffeln, Spinat^(1,2,c,i), Joghurt Dressing^(f,a,e), Obst der Saison</p>
Mittwoch	<p>Asiagemüse mit Mienudeln^(1,c,h,i), dazu Gurkensalat mit Dilldressing^(f,e), Apfelquark (553 kcal, 10 Fett, 96 KH, 20 Eiweiß)</p> <p>Wahlweise: Obst der Saison</p>	<p>Fischnuggets^(c,b,j) mit Zitronensauce^(f,e) und Kartoffelpüree^(f,e), dazu Gurkensalat mit Dilldressing^(f,e), Apfelquark (619 kcal, 24 Fett, 71 KH, 30 Eiweiß)</p> <p>Wahlweise: Fischfilet Italia^(e), Salzkartoffeln, Reis, Remouladensauce^(1,3,4,2,f,a,e,j), bunte Karotten, Obst der Saison</p>

Wochentag	Menü 1	Menü 2
Donnerstag	<p>Nudelauflauf mit Tomatensoße, dazu Karotten-Krautsalat mit Mais^(3,c,a,i) und Obst der Saison (854 kcal, 38 Fett, 91 KH, 32 Eiweiß)</p> <p>Wahlweise: Milchpudding Vanille^(f,e)</p>	<p>Schweineschnitzel^(c) mit Zitronenspalte und Pommes Frites, dazu Karotten-Krautsalat mit Mais^(3,c,a,i) und Obst der Saison (721 kcal, 31 Fett, 82 KH, 24 Eiweiß)</p> <p>Wahlweise: Hähnchenschenkel, Spätzle^(c,a), Jägersoße, fruchtiger Curryketchup^(3,4,2,a,i), Sommergemüse, Milchpudding Vanille^(f,e)</p>
Freitag	<p>Maiscremesuppe^(f,e), danach Mini Germknödel^(c) mit Schokoladensoße^(f,e) (662 kcal, 13 Fett, 122 KH, 15 Eiweiß)</p> <p>Wahlweise: Vanillesoße^(f,e)</p>	<p>Ofenkartoffel mit Sour Creme^(f,e), dazu einen großen Mischsalat mit Tomate und Hausdressing^(a,j), Obst der Saison (563 kcal, 29 Fett, 59 KH, 12 Eiweiß)</p>

* Folgende Schulen bieten freitags kein Mittagessen an: Bertha-von-Suttner-Schule (Nidderau), Brüder-Grimm-Schule (Steinau), Friedrich-August-Genth-Schule (Wächtersbach), Georg-Büchner-Schule (Erlensee), Grimmelshausen Gymnasium (Gelnhausen), Käthe-Kollwitz-Schule (Langenselbold), Kreisrealschule (Gelnhausen), Stadtschule (Schlüchtern), Alteburg Schule (Biebergemünd)

Dekorationspflichtige Zusatzstoffe: ¹Konservierungsstoff, ²Farbstoff, ³Antioxidationsmittel, ⁴Süßungsmittel, ⁵Phosphat, ⁶Geschwefelt, ⁷Chininhaltig, ⁸Coffeinhaltig, ⁹Geschmacksverstärker, ¹⁰Geschwärzt, ¹¹Gewachst, ⁸¹Thermisiert, ¹²Mit einer Zuckerart, ¹⁷Milchpulver, ¹⁸Molkepulver, ¹⁹Milcheiweiß, ²⁰Eiklar, ²¹Verwendung von Milch, ²²Verwendung von Sahne, ²³Pflanzeneiweiß, ²⁴Mit Stärke

Allergene: ^aEier, ^bFisch, ^cGluten, ^{c1}Weizen, ^{c2}Roggen, ^{c3}Gerste, ^{c4}Hafer, ^{c5}Hybridstämme, ^dKrebstiere, ^eMilch, ^fLaktose, ^gNüsse, ^{g1}Cashewnuss, ^{g2}Erdnuss, ^{g3}Haselnuss, ^{g4}Queenslandnuss, ^{g5}Makadamianuss, ^{g6}Mandel, ^{g7}Paranuss, ^{g8}Pekannuss, ^{g9}Pistazie, ^{g10}Walnuss, ^hSoja, ⁱSellerie, ^jSenf, ^kSesam, ^lSchwefeldioxid, Sulfite, ^mWeichtiere, ⁿLupine

Die Liste der beinhalteten Zusatzstoffe ist auch in der Mensa einzusehen.