

Speiseplan

Mensa Bildungszentrum Elstal

für die 3. Kalenderwoche vom 13.01.25 bis 19.01.25

	Vorspeise	Menü 1	Menü 2	Dessert
Montag 13.01.25	Rohkost mit Weizen ^{5,a,a1,l}	Schweinebraten an Bratensauce ^{5,i,l} Rotkohl ^{11,3,5,l} Kräuterkartoffeln ^{1,g}	Ackergemüse Eintopf mit Buchweizen und schwarzen Bohnen ^{1,i,j} Baguette ^{a,a1,a3}	Vanillepudding ^{1,g} dazu Schokoladensauce ⁹
Dienstag 14.01.25	Asiatischer Glasnudelsalat mit Sesamsaaten ^{1,a,a1,f}	Hähnchenbrust al Limone ^{5,g,i,l} Brokkoli Röschen ^{1,g} dazu Spätzle ^{1,a,a1,c,g}	Süßkartoffel-Kichererbsen Curry Baguette ^{a,a1,a3}	Chiasamenpudding mit Fruchtkompott ^{3,f}
Mittwoch 15.01.25	Buntes Salatbuffet mit zwei hausgemachten Salatsaucen ^{3,5,c,g,j,l}	Hühnernudel Topf mit Gemüse ^{a,a1,c,g,i} Baguette ^{a,a1,a3}	Eierragout mit Erbsen und Möhren ^{1,a,a1,c,g,j} Kartoffelstampf ^{1,g}	Joghurt mit Erdbeeren ⁹
Donnerstag 16.01.25	Maronensuppe ⁹	Vegetarisches Bauernfrühstück aus dem Ofen ^{2,3,8,9,c,g} Gewürzgurke ^{2,9}	Grießbrei ^{a,a1,g} Kirschkompott Zucker und Zimt	Frisches Obst ²
Freitag 17.01.25	Gurkensalat mit Essig-Öl ^{5,l}	Paniertes Schollenfilet ^{a,a1,d} mit hausgemachter Remoulade ^{1,2,9,c,g} Bratkartoffeln	Gnocchi-Pfanne mit Zucchini, Kirschtomaten und Rucola ^{1,a,a1} dazu eine Kräutersauce ^{a,a1,g}	Mousse au Chocolat ^{17,g}
Samstag 18.01.25	Cole Slaw Krautsalat ^{1,c,g}	Gulasch vom Rind und Schwein mit Paprikagemüse Kartoffelstampf ^{1,g}	Vegetarische Spinat-Lasagne ^{1,a,a1,c,g} dazu eine Tomatensauce ^{1,g,i}	Grießbrei mit Fruchtsauce ^{a,a1,g}
Sonntag 19.01.25	Blattsalat mit Käse und Sonnenblumenkernen ⁹ Vinaigrette ^{3,5,j,l}	Gekräuterte Hähnchenbrust Spitzkohl in Rahm ⁹ Kroketten ^{a,a1}	Rote-Bete-Gemüsetaler mit Balkankäse gefüllt ^{9,a,a1,c,g} herzhafter Kräuterquark ⁹	Buttermilch-Panna Cotta ⁹

Änderungen vorbehalten

Legende der Zusatzstoffe und Allergene:

1 = mit Farbstoff/en, 11 = mit Zuckerart/en und Süßungsmittel/n, 17 = koffeinhaltig, 2 = konserviert, 3 = mit Antioxidationsmittel, 5 = geschwefelt, 8 = mit Phosphat/en, 9 = mit Süßungsmittel/n, a = Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1 = Weizen, a3 = Gerste, c = Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, d = Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse, f = Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse, g = Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschl. Laktose), i = Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, j = Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse, l = Schwefeldioxide und Sulphite >10 mg/kg oder 10mg/l