

Speiseplan

Mensa Bildungszentrum Elstal

für die 41. Kalenderwoche vom 05.10.26 bis 11.10.26

	Vorspeise	Menü 1	Menü 2	Dessert
Montag 05.10.26	Griechischer Bauernsalat ^{15,g}	Vegetarischer Erbseneintopf ^{1,15,i} Baguette ^{a,a1,a3}	Vegetarisch gefüllte Paparikaschote ^{a4,c,g} dazu eine Tomatensauce ^{1,i} Reis ¹	Frisches Obst ²
Dienstag 06.10.26	Frischer gemischter Salat Vinaigrette ^{3,j,l}	Backkartoffel ^{3,5,l} verschiedene Toppings ^{1,15,2,3,5,8,l}	Backkartoffel ^{3,5,l} verschiedene Toppings ^{1,15,2,3,5,8,l}	Rote Götterspeise mit Vanille Sauce ^{1,g}
Mittwoch 07.10.26	Waldorfsalat ^{1,15,c,g,h,i,w} ₃	Ragout vom Schwein in Kräuter-Senfauce mit grünen Bohnen ^{9,j} Kartoffelstampf ^{1,g}	Blumenkohl ¹ Sauce Hollandaise ^{c,g} Salzkartoffeln ¹	Vanillepudding ^{1,g} dazu Schokoladensauce ⁹
Donnerstag 08.10.26	Bunter Salat mit Joghurtdressing	Hähnchenbrust al Limone ^{9,i,l} Brokkoli Röschen ¹ dazu Spätzle ^{1,a,a1,c}	Mediterrane Kartoffelpfanne ^{a,a1} dazu eine Kräutersauce ^{a,a1,g}	Kirsch-Bananen-Quark ⁹
Freitag 09.10.26	Gurkensalat mit Schmand ^{3,g,l}	Gebratenes Fischfilet (Meeräsche) ^{a,a1,d} Tomaten-Oliven Sauce ^{1,6,i} Reis ¹	Rührei ^c und Rahmspinat ⁹ Salzkartoffeln ¹	Bayrisch Creme ⁹
Samstag 10.10.26	Salat aus grünen Bohnen	Paniertes Schweineschnitzel ^{a,a} _{1,c} an Bratensauce ^{i,l} Mischgemüse ¹ Kräuterkartoffeln ¹	Kürbisbratling ^{a,a1,c,g} herzhafter Kräuterquark ⁹ Kartoffelecken ^{a,a1}	Fruchtjoghurt ⁹
Sonntag 11.10.26	Fruchtiger Quinoa-Salat mit Karotte, Trauben und Nüssen ^{15,h,h1}	Hähnchenbrustfilet Orangen-Honig-Sauce ⁱ Möhren Gemüse ¹ Kroketten ^{a,a1}	Hausgemachte Gemüsequiche ^{15,a,a1,c,g} dazu ein Sauerrahmdipp ⁹	Buttermilch Dessert Birne -Vanille ⁹

Änderungen vorbehalten

Legende der Zusatzstoffe und Allergene:

1 = mit Farbstoff/en, 15 = unter Schutzatmosphäre verpackt, 2 = konserviert, 3 = mit Antioxidationsmittel, 5 = geschwefelt, 6 = geschwärzt, 8 = mit Phosphat/en, a = Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1 = Weizen, a3 = Gerste, a4 = Hafer, c = Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, d = Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse, g = Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschl. Laktose), h = Schalenfrüchte und daraus gewonnene Erzeugnisse, h1 = Mandeln, i = Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, j = Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse, l = Schwefeldioxide und Sulphite >10 mg/kg oder 10mg/l, w3 = Walnüsse