

# Speiseplan Mensen - Juli 2024

## Adalbert-Stifter-GS - vegetarisch

- |       |   |
|-------|---|
| KW 27 | 01. Montag: Hausgemachte Pizza "Margherita" <sup>14,AW,G</sup> mit buntem Salat <sup>1,3,14,G,J,L</sup>   |
|       | 02. Dienstag: Hausgemachte Spinatknödel <sup>14,15,AW,C,G,F</sup> mit Käse-Kräuter-Soße <sup>14,15,C,G</sup> , danach Obst  |
|       | 03. Mittwoch: Saftiger Nudel-Gemüse-Auflauf <sup>14,AW,G,I</sup> , danach Salat <sup>1,3,14,G,J,L</sup>   |
|       | 04. Donnerstag: Buntes Gemüse-Kichererbsen-Curry mit Ebly <sup>AW</sup> , danach Gemüse-Rohkost   |
|       | 05. Freitag: Vollkorn-Pasta <sup>AW</sup> mit Tomaten-Kräuter-Soße <sup>14,G</sup> & Parmesan <sup>14,15,C,G</sup> , Salat <sup>1,3,14,G,J,L</sup>                  |
| KW 28 | 08. Montag: Geb. Fetakäse <sup>14,AW,G</sup> mit hausgem. Kartoffel-Gurken-Salat <sup>J,L</sup> & Preiselbeeren, Obst   |
|       | 09. Dienstag: Leckere Kräuter-Rahm-Champignons <sup>14,G</sup> mit Vollkorn-Nudeln <sup>AW</sup> , danach Obst  |
|       | 10. Mittwoch: Saftige, gratinierte Käsespätzle <sup>14,15,AW,C,G</sup> & Röstzwiebeln <sup>AW</sup> mit Salat <sup>1,3,14,G,J,L</sup>                               |
|       | 11. Donnerstag: Vollkorn-Pasta <sup>AW</sup> mit Soja-Bolognesesoße <sup>14,G,I,F</sup> & Parmesan <sup>14,15,C,G</sup> ,Früchte-Joghurt <sup>14,G</sup>            |
|       | 12. Freitag: Orientalische Falafel-Bällchen <sup>AW</sup> in brauner Soße <sup>14,G</sup> & Vollkorn-Reis, danach Obst  |
| KW 29 | 15. Montag: Döner <sup>AW</sup> (zum selbst belegen) mit med. Gemüse <sup>14,G</sup> ,Salat & hausgem. Soße <sup>3,14,15,C,G,J</sup> , Obst                         |
|       | 16. Dienstag: Vollkorn-Pasta <sup>AW</sup> mit Brokkoli-Soße <sup>14,G</sup> & Parmesan <sup>14,15,C,G</sup> , danach Pudding <sup>1,14,G</sup>                     |
|       | 17. Mittwoch: Gemüse-Frikadelle <sup>12,14,15,AW,C,G</sup> mit Kartoffelpüree <sup>14,G</sup> , danach Salat <sup>1,3,14,G,J,L</sup>                                |
|       | 18. Donnerstag: Möhren-Creme-Suppe <sup>14,G,I</sup> , danach Quarkkälchen <sup>14,15,AW,C,G</sup> mit Apfelmark <sup>3</sup>                                       |
|       | 19. Freitag: Bunte Gemüse-Nuggets <sup>14,AW,AG,G</sup> mit Kartoffeln <sup>14,G</sup> & Remoulade <sup>1,2,9,14,15,AW,C,G,J</sup> ,Obst                            |
| KW 30 | 22. Montag: Hausgemachte Gemüse-Lasagne <sup>1,12,14,15,AW,C,G,I</sup> , dazu Salat <sup>1,3,14,G,J,L</sup>   |
|       | 23. Dienstag: Tortellini "Gemüsefüllung" <sup>12,14,AW,G</sup> mit Zucchini-Frischkäse-Soße <sup>14,G</sup> & Parmesan <sup>14,15,C,G</sup> ,Salat <sup>1,3,1</sup> |
|       | 24. Mittwoch: Sahniger Grießbrei <sup>14,AW,G</sup> mit Pfirsichwürfel, danach Gemüse-Rohkost   |
|       | 25. Donnerstag: Vollkorn-Pasta <sup>AW</sup> mit Spinat-Käse-Soße <sup>14,15,C,G</sup> & Parmesan <sup>14,15,C,G</sup> , danach Obst                                |
|       | 26. Freitag: Fleischlose Bratwurst <sup>F,I</sup> im Dinkelbrötchen <sup>AD,AR</sup> , danach Obst  |

KW 31	29. Montag:	}	<b>FERIEN</b>
	30. Dienstag:		
	31. Mittwoch:		

Sommerferien: 29.07.2024 bis 09.09.2024

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.