

Speiseplan Mensa Gesamtschule Bremen West 2018



04.02.2019 - 08.02.2019	Essen I	Essen II	Nudeltheke	Salattheke	Nachtisch
Montag	Putengyros mit Gemüsevollkornreis (i) und Tzatziki (g,i,j)	Kartoffelkäsetaschen (a,c,g) mit Kräuterdipp (a) und Gemüsereis (i)	Vollkornnudeln (a5) Hartweizennudeln (a1) Tomatensauce (i) Gemüsesauce (i,g)	Gurke, Tomate, Paprika, Karotten, Weißkohl, Mais Blattsalat, Tagesangebot Gemüse Joghurtdressing (g)	Fruchtjoghurt (g)
Dienstag	Vollkornnudelgemüsepfanne (a,c,i) mit vegetarischer Frühlingsrolle (a,c,f,i,j)	Mit Ricotta und Käse gefüllte Tortellinis (a,g) mit Tomatenrahmsauce (g)	Vollkornnudeln (a5) Hartweizennudeln (a1) Tomatengemüsesauce (i) Kräutersauce (g)	Gurke, Tomate, Paprika, Karotten, Weißkohl, Mais Blattsalat, Tagesangebot Gemüse Joghurtdressing (g)	Frisches Obst
Mittwoch	Currywurst (i) mit gebackenen Kartoffelecken	Pilzragout mit Spätzle (a,c,g)	Vollkornnudeln (a5) Hartweizennudeln (a1) Tomatensauce (i) Champignonsauce (g)	Gurke, Tomate, Paprika, Karotten, Weißkohl, Mais Blattsalat, Tagesangebot Gemüse Joghurtdressing (g)	Fruchtquark(g)
Donnerstag	Bunte Kartoffelsuppe ^l mit Karotten Lauch und Brot (a)	Milchreis (g) mit Apfelmus	Vollkornnudeln (a5) Hartweizennudeln (a1) Tomatensauce Gemüsesauce (g,i)	Gurke, Tomate, Paprika, Karotten, Weißkohl, Mais Blattsalat, Tagesangebot Gemüse Joghurtdressing (g)	Frischer Obstsalat
Freitag	Pochierter Lachs (d) mit Rahmspinat (g) und Kartoffeln	Senfeier (j) mit Rahmspinat (g) und Kartoffeln	Vollkornnudeln (a5) Hartweizennudeln (a1) Tomatensauce Kräutersauce (g,i)	Gurke, Tomate, Paprika, Karotten, Weißkohl, Mais Eisbergsalat, Tagesangebot Gemüse Joghurtdressing (g)	Frisches Obst

Zusatzstoffe:

- 1) mit Farbstoff
- 2) mit Konservierungsstoff
- 3) mit Antioxidationsmittel
- 4) mit Geschmacksverstärker
- 5) geschwefelt
- 6) gewachst
- 7) mit Süßungsmittel
- 8) mit Phosphat
- 9) mit künstlichen Aromen

Allergene:

- a) Glutenhaltiges Getreide (1Weizen, 2Roggen, 3Hafer, 4Gerste, 5Dinkel)
- b) Krebstiere
- c) Eier
- d) Fisch
- e) Erdnüsse
- f) Soja
- g) Milch (einschließlich Laktose)

- h) Schalenfrüchte (1Mandeln, 2Walnuss, 3Haselnuss)
- i) Sellerie
- j) Senf
- k) Sesamsamen
- l) Schwefeloxid und Sulfite bei mehr als 10 mg/kg oder 10mg/ l
- m) Lupinen
- n) Weichtiere