

Speiseplan Mensa Gesamtschule Bremen West 2018



11.02.2019 - 15.02.2019	Essen I	Essen II	Nudeltheke	Salattheke	Nachtisch
Montag	Gebratene Hähnchenbrust mit Karotten Erbsen Gemüse und Spätzle (a1,c)	Gemüsebratling (a,c,g,i,k) mit Karotten Erbsen Gemüse und Spätzle (a1,c)	Vollkornnudeln (a5) Hartweizennudeln (a1) Tomatensauce (i) Gemüsesauce (i,g)	Gurke, Tomate, Paprika, Karotten, Weißkohl, Mais Blattsalat, Tagesangebot Gemüse Joghurtdressing (g)	Fruchtjoghurt mit Erdbeeren (g)
Dienstag	Bunte Gemüse Linsenpfanne mit Vegetarische gefüllte Paprikaschote (a,i,j)	Gemüsecurry aus Vollkornreis, Paprika Zucchini, Karotte, Zwiebel	Vollkornnudeln (a5) Hartweizennudeln (a1) Tomatengemüsesauce (i) Kräutersauce (g)	Gurke, Tomate, Paprika, Karotten, Weißkohl, Mais Blattsalat, Tagesangebot Gemüse Joghurtdressing (g)	Frisches Obst (Bananen)
Mittwoch	Hamburger aus Rindfleisch zum selbst belegen (a,k) mit Tomate, Gurke und Salat	Süßkartoffel Champignon Pfanne	Vollkornnudeln (a5) Hartweizennudeln (a1) Tomatensauce (i) Champignonsauce (g)	Gurke, Tomate, Paprika, Karotten, Weißkohl, Mais Blattsalat, Tagesangebot Gemüse Joghurtdressing (g)	Fruchtquark(g) mit Pflirsich und Ananas
Donnerstag	Gebackene Maiskolben mit Gemüse-Cou-cous (i)	Bunter Gemüseeintopf mit Flädle(a1) (Karotte, Lauch,Erbsen,Mais)	Vollkornnudeln (a5) Hartweizennudeln (a1) Tomatensauce Gemüsesauce (g,i)	Gurke, Tomate, Paprika, Karotten, Weißkohl, Mais Blattsalat, Tagesangebot Gemüse Joghurtdressing (g)	Frischer Obstsalat (Melone, Apfel, Weintraube)
Freitag	Paniertes Schollenfilet (a,c,g) mit Erbsengemüse und Kartoffelsalat	Kartoffelgemüseauflauf (c,g,i)	Vollkornnudeln (a5) Hartweizennudeln (a1) Tomatensauce Kräutersauce (g,i)	Gurke, Tomate, Paprika, Karotten, Weißkohl, Mais Eisbergsalat, Tagesangebot Gemüse Joghurtdressing (g)	Frisches Obst Orangen

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