

# Speiseplan Mensa Gesamtschule Bremen West 2018



18.02.2019 - 22.02.2019	Essen I	Essen II	Nudeltheke	Salattheke	Nachtisch
<b>Montag</b>	Hähnchencurry mit Karotten, Champignons und Kokosvollkornreis	Tofugemüsecurry (g,i) mit Vollkornnudeln (a1)	Vollkornnudeln (a5) Hartweizennudeln (a1) Tomatensauce (i) Gemüsesauce (i,g)	Gurke, Tomate, Paprika, Karotten, Weißkohl, Mais Blattsalat, Tagesangebot Gemüse Joghurtdressing (g)	Fruchtjoghurt (g)
<b>Dienstag</b>	Süßkartoffelgnocchipfanne (a1,c) mit Gemüsebratling (a1,c,i,j)	Vegatarische Paella (a1,i) mit Hirtenkäse (g)	Vollkornnudeln (a5) Hartweizennudeln (a1) Tomatengemüsesauce (i) Kräutersauce (g)	Gurke, Tomate, Paprika, Karotten, Weißkohl, Mais Blattsalat, Tagesangebot Gemüse Joghurtdressing (g)	Frisches Obst
<b>Mittwoch</b>	Chicken Nuggets (a1) mit gebackenen Kartoffelecken (e500)	Gemüse Cous Cous Pfanne mit Hirtenkäse (f,g)	Vollkornnudeln (a5) Hartweizennudeln (a1) Tomatensauce (i) Champignonsauce (g)	Gurke, Tomate, Paprika, Karotten, Weißkohl, Mais Blattsalat, Tagesangebot Gemüse Joghurtdressing (g)	Fruchtquark(g)
<b>Donnerstag</b>	Möhren Kartoffel Eintopf mit Brot	Zucchinilasagne (g,c,a)	Vollkornnudeln (a5) Hartweizennudeln (a1) Tomatensauce Gemüsesauce (g,i)	Gurke, Tomate, Paprika, Karotten, Weißkohl, Mais Blattsalat, Tagesangebot Gemüse Joghurtdressing (g)	Frischer Obstsalat
<b>Freitag</b>	Seelachs zucchini frikadelle (a1,c,g,d) mit Kräutersauce (g) Brokkoli und Kartoffeln	Kartoffel-Brokkoli-Tomatenauflauf <sup>f,9</sup> mit Kräutersauce <sup>9</sup>	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 ( 1Mandel, 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

