

Speiseplan Mensa Gesamtschule Bremen West 2018



25.02.2019 - 01.03.2019	Essen I	Essen II	Nudeltheke	Salattheke	Nachtisch
Montag	Kalbsrollbraten mit Gemüsereis (Karotten, Paprika, Zucchini, Erbsen)	Asia Vollkornnudelgemüsepfanne (a,c,i) mit Tofu (f)	Vollkornnudeln (a5) Hartweizennudeln (a1) Tomatensauce (i) Gemüsesauce (i,g)	Gurke, Tomate, Paprika, Karotten, Weißkohl, Mais Blattsalat, Tagesangebot Gemüse Joghurtdressing (g)	Fruchtjoghurt (g)
Dienstag	Falaffel (c,g) mit Kartoffel Ratatouille Gemüse	Bunte Gnocchigemüsepfanne ^{a,c,f,g,i}	Vollkornnudeln (a5) Hartweizennudeln (a1) Tomatengemüsesauce (i) Kräutersauce (g)	Gurke, Tomate, Paprika, Karotten, Weißkohl, Mais Blattsalat, Tagesangebot Gemüse Joghurtdressing (g)	Frisches Obst (Orange, Apfel)
Mittwoch	<i>Pizza Margarita (a,g,i)</i>	Kartoffelgemüseauflauf (c,g,i)	Vollkornnudeln (a5) Hartweizennudeln (a1) Tomatensauce (i) Champignonsauce (g)	Gurke, Tomate, Paprika, Karotten, Weißkohl, Mais Blattsalat, Tagesangebot Gemüse Joghurtdressing (g)	Fruchtquark(g)
Donnerstag	Erbsensuppe mit Kartoffeln, Karotten und Brot (a1)	Gemüselasagne (c, g) mit Zucchini, Karotten, Tomaten (g,c,a)	Vollkornnudeln (a5) Hartweizennudeln (a1) Tomatensauce Gemüsesauce (g,i)	Gurke, Tomate, Paprika, Karotten, Weißkohl, Mais Blattsalat, Tagesangebot Gemüse Joghurtdressing (g)	Frischer Obstsalat
Freitag	Pochierter Seelachs mit Gemüsestreifen (c,i) Kräutersauce (g) Brokkoli und Kartoffeln	Nudel-Brokkoli-Tomatenauflauf (i,g) mit Kräutersauce (g)	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