

Speiseplan Mensa Gesamtschule Bremen West 2019

Die grün hinterlegten Menülinie entspricht dem „DGE-Qualitätsstandard für die Schulverpflegung“. Und wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) zertifiziert.



09.03.2020 – 13.03.2020	Essen I 	Essen II	Nudeltheke	Salattheke 	Nachtsch 
Montag	Hühnerfrikassee mit Champignons, Karotten (g,i) und Vollkornreis	Tomaten Cous Cous Pfanne mit Hirtenkäse (f,g)	Vollkornnudeln (a5) Hartweizennudeln (a1) Tomatensauce Gemüsesauce (g,i)	Gurke, Tomate, Paprika, Karotten, Weißkohl, Mais Blattsalat, Tagesangebot Gemüse Joghurtdressing (g)	Erdbeerjoghurt (g)
Dienstag	Falaffel (c,g) mit Kartoffel Ratatouille (Paprika Zwiebel,Zucchini, Tomate)	Mit Ricotta und Käse gefüllte Tortellinis (a,g) mit Tomatenrahmsauce	Vollkornnudeln (a5) Hartweizennudeln (a1) Tomatensauce Gemüsesauce (g,i)	Gurke, Tomate, Paprika, Karotten, Weißkohl, Mais Blattsalat, Tagesangebot Gemüse Joghurtdressing (g)	Frisches Obst (Banane)
Mittwoch	Hot Dog (a,k) zum selbst belegen mit Röstzwiebeln (4), Gurken (j) und Hot Dog Sauce (c,g)	Asia Vollkornnudelgemüsepfanne (a,c,i) mit Tofu (f)	Vollkornnudeln (a5) Hartweizennudeln (a1) Tomatensauce (i) Champignonsauce (g)	Gurke, Tomate, Paprika, Karotten, Weißkohl, Mais Blattsalat, Tagesangebot Gemüse Joghurtdressing (g)	Zitronenquark(g)
Donnerstag	Pochierter Wildlachs (d) mit Rahmspinat (g) und Kartoffeln	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 (Ananas, Apfel, Melone)
Freitag	Rindergulaschsuppe mit Kartoffeln, Karotten Zwiebeln und Paprika dazu Brot (a1)	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 (Birne)

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

