




# 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.



23.03.2020 – 27.03.2020	Essen I 	Essen II	Nudeltheke	Salattheke 	Nachtsch 
<b>Montag</b>	Panierte Hähnchenbrust (a1, c, g) mit Rosenkohl und Kokosvollkornreis	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)	Griespudding (g)
<b>Dienstag</b>	Süßkartoffelgnocchipfanne (a1,c) mit Gemüsebratling (a1,c,i,j)	Gnocchi- Tomatenpfanne (a1)	Vollkornnudeln (a5) Hartweizennudeln (a1) Tomatensauce Gemüsesauce (g,i)	Gurke, Tomate, Paprika, Karotten, Weißkohl, Mais Blattsalat, Tagesangebot Gemüse Joghurtdressing (g)	Frisches Obst (Banane)
<b>Mittwoch</b>	Pizza Margarita (a,g,i)	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)	Erdbeerquark(g)
<b>Donnerstag</b>	Mit Cornflakes paniertes Seelachsfilet (a,c,d) mit Brokkoligemüse und Kartoffeln	Bunte Spätzlegemüsepfanne (a,c,f,g,i) mit Champignons	Vollkornnudeln (a5) Hartweizennudeln (a1) Tomatensauce Gemüsesauce (g,i)	Gurke, Tomate, Paprika, Karotten, Weißkohl, Mais Blattsalat, Tagesangebot Gemüse Joghurtdressing (g)	Frischer Obstsalat (Ananas, Apfel, Melone)
<b>Freitag</b>	Linsensuppe mit Zwiebel, Karotten und Kartoffeln	Kartoffel-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