



Speisenplan Mensa Hünfeld

Oktober 2018



Grümel

	Mo. 15.10.	Di. 16.10.	Mi. 17.10.	Do. 18.10.	Fr. 19.10.
Menu I Kid-Fit	vegetarisch Maccaroni ^{a, a1} Käsesahnesoße ^{1, h} Bunter Gurkensalat (Paprika, Bohnen, Mais) ^{1, a, c, h, l}	Geschnetzelte Putenbrust ^h Vollkornnudeln ^a Bohnensalat+1 ^{h, l}	Schweineschnitzel paniert+1 ^{a, a1} Bratensoße Kartoffelauflauf ^{1, h} Möhrensalat ^{4, h, n}	vegetarisch Kräuterquark mit Ei ^{c, h} Dampfkartoffeln Knabbergemüse (Karotte, Gurke, Paprika)+1	Grill-Fisch(Seelachs) ^d Reis Salatmix (Endivien, Weißkohl, Karotte) Sauerrahm Dressing ^{h, n}
Menu II	Linsen- Gemüseintopf (Karotte, Kartoffel, Lauch) ^{1, i, k} Geflügel Wiener ^{2, 4, 9, k} Brötchen ^{a, a1}	vegetarisch Kartoffel-Möhren-Fenchel- Auflauf+1 ^{1, h} Bohnensalat+1 ^{h, l}	vegetarisch Falafel Bällchen+1 ^a Tomatensoße ¹ Kartoffelauflauf ^{1, h} Möhrensalat ^{4, h, n}	Hackbällchen Rind+1 ^{R, a, a1, c, l} Paprikarahmssoße ^{1, h} Gemüsereis (Karotte, Erbsen, Paprika)+1 ¹	vegetarisch Gnocchi mit Zucchini, Erbsen und Paprika ¹ Tomatensoße ¹ Salatmix (Endivien, Weißkohl, Karotte)
Menu III Alternative			Hähnchenschnitzel paniert+1 ^{a, a1} Bratensoße Kartoffelauflauf ^{1, h} Möhrensalat ^{4, h, n}		
Dessert	Vanillepudding ^h	Frischobst Apfel	Nuss-Nougat Quark- Dessert+1 ^{f, h, i, i2}	Frischobst Kiwi	Trinkjoghurt Himbeer ^h

1) mit Farbstoff, 2) mit Konservierungsstoff, 4) mit Antioxidationsmittel, 9) mit Phosphat, R) Rindfleisch, a) enthält Glutenhaltiges Getreide, sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1) Weizen, c) enthält Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, d) enthält Fisch und daraus gewonnene Erzeugnisse, f) enthält Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse, h) enthält Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschl. Laktose), i) enthält Schalenfrüchte und daraus gewonnene Erzeugnisse, i2) Haselnüsse (Corylus avellana), k) enthält Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, l) enthält Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse, n) enthält Schwefeldioxid und Sulfite

Änderungen bleiben vorbehalten
Für eine ausgewogene Ernährung empfehlen wir unser Menu I
Guten Appetit wünscht Ihr Mensa Team