



Speisenplan Mensa Hünfeld

November 2018



	Mo. 05.11.	Di. 06.11.	Mi. 07.11.	Do. 08.11.	Fr. 09.11.
Menu I Kid-Fit	vegetarisch Chili sin Carne mit Soja _f Vollkornreis Chinakohl/Radicchosalat French Dressing(Senf) _i	Hähnchenschnitzel paniert _{a, a1} Champignonsoße _{l, h} Dampfkartoffeln Erbsen und Möhrengemüse _l	Spätzlepfanne mit Putenbrust (Karotte, Paprika, _{a, a1, c} Geflügelrahmsoße _{G, c, f, h} Salatmix(Eisberg, Karotte) American Dressing Mayo, Joghurt) _{l, 4, a, c,}	Seelachsfilet _d Currysoße _{a, a1, f, l} Reis Gurkensalat _h	vegetarisch Champignonrragout _{c, h} gebackene Semmelknödel _{l,} _{h, a, a1, c, f} Salatmix(Eisberg, Karotte) Buttermilch Dressing _{h, n}
Menu II	Wiener Würstchen _{2, 3, 4, 5, S, l} Kartoffelpüree _{F16, h} Karotten- Steckrübensgemüse+1 _l	vegetarisch Gemüsefrikadellen _{a1, a7, c} Holländische Soße _{l, c, h} Dampfkartoffeln Erbsen und Möhrengemüse _l	vegetarisch Karottencremesuppe (Kartoffel) _{l, h} Reibekuchen _{a, a1, c} Apfelmus ₄ Kein Dessert	vegetarisch Gemüselasagne _{l, a, a1, c, h} Gurkensalat _h	Schinkennudeln mit Ei _{l, 2, 4, 9, a,} _{a1, c} Tomatensoße _l Salatmix(Eisberg, Karotte) Buttermilch Dressing _{h, n}
Menu III Alternative	Geflügel Wiener _{2, 4, 9, k} Kartoffelpüree _{F16, h} Karotten- Steckrübensgemüse+1 _l				
Dessert	Kirschjoghurt +1 _h	Frischobst Apfel	Bananenquark _h	Schokopudding _h	Obstsalat (Apfel, Bananen, Pfirsich)

1) mit Farbstoff, 2) mit Konservierungsstoff, 3) mit Nitritpökelsalz, 4) mit Antioxidationsmittel, 5) mit Geschmacksverstärker, 9) mit Phosphat, G) Geflügel, S) Schweinefleisch, F16) Milchzucker(Laktose), a) enthält Glutenhaltiges Getreide, sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1) Weizen, a7) Sonstige glutenhaltige Getreide oder Hybridstämme davon, 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), 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