



# Speisenplan Mensa Hünfeld

November 2018



# Grümel

	<b>Mo. 12.11.</b>	<b>Di. 13.11.</b>	<b>Mi. 14.11.</b>	<b>Do. 15.11.</b>	<b>Fr. 16.11.</b>
<b>Menu I Kid-Fit</b>	Geflügelfrikadelle <sup>G</sup> Rahmsoße pikant(Paprika) <sup>1, h</sup> Kartoffelbrei <sup>1, h</sup> Karotten- Steckrübensgemüse+1 <sup>1</sup>	Kohlrabi-Auflauf <sup>1, h</sup> Karottensalat <sup>1, a, c, h, l</sup>	Gabelspaghetti <sup>a, c</sup> Bolognese Vegetarisch <sup>1, a, a5, n</sup> Gurkensalat <sup>h</sup>	Putengulasch(Zwiebel)+1 <sup>G</sup> Vollkorn-Spätzle <sup>a, a1, c</sup> Eisbergsalat Joghurt Dressing <sup>h, n</sup>	Backfisch Tatarensoße <sup>1, 10, a, c, h, l</sup> Dampfkartoffeln Blattsalat Joghurt Dressing <sup>h, n</sup>
<b>Menu II</b>	Farfale Nudeln +1 <sup>a, a1</sup> Champignonrahmsoße+1 <sup>1, h</sup> Weißkohl- Apfelsalat <sup>1, a, c, h, l</sup>	Hähnchenbrustfilet gebraten <sup>1, G</sup> Paprikarahmsoße <sup>1, h</sup> Reis Karottensalat <sup>1, a, c, h, l</sup>	Kartoffeleintopf cremig (Karotte,Sellerie,Lauch) <sup>1, k, h</sup> Geflügelfleischklößchen <sup>G, c, f</sup> Brötchen <sup>a, a1</sup>	Eblyrisotto mit Spinat+1 <sup>1, a, a1, k</sup> Tomatensoße <sup>1</sup> Eisbergsalat Joghurt Dressing <sup>h, n</sup>	Möhrenrahmsoße <sup>1, h</sup> Tortelloni (Tomate- Mozarella) <sup>a, c, h</sup> Blattsalat Joghurt Dressing <sup>h, n</sup>
<b>Menu III Alternative</b>					
<b>Dessert</b>	Schokoladenpudding <sup>h</sup>	Frischobst Honigmelone	Himbeercreme <sup>h</sup>	Frischobst Apfel	Ananascreme <sup>h</sup>

1) mit Farbstoff, 10) mit Süßungsmittel, G) Geflügel, a) enthält Glutenhaltiges Getreide,sowie daraus hergestellte Erzeugnisse , a1) Weizen, a5) Dinkel, c) enthält Eier 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