



Speisenplan Mensa Hünfeld

Juni 2019



| | Mo. 10.06. | Di. 11.06. | Mi. 12.06. | Do. 13.06. | Fr. 14.06. |
|---------------------------------|---|---|---|--|---|
| Menu I Kid-Fit | Hähnchenbrustfilet Bombay ^{G, 1, h} Vollkornreis Feine Erbsen ¹ | vegetarisch Mediterr. Gemüsepfanne (Zucchini, Paprika, Aubergine) ^{1, n} gebackene Kartoffeln Kräuterquark ^{c, h} | vegetarisch Gabelspaghetti ^{a, a1} Bolognese Vegetarisch ^{1, a, a5, n} Tomaten-Gurken-Salat ^{1, h} Kräuter Dressing ⁿ | Schweinegeschnetzeltes ^h Semmelknödel ^{1, a, a1, a3, c, h} Eisbergsalat Joghurt Dressing ^{h, n} | Knusper Backfisch (Seelachs) ^{a, a1, d, h, l} Kräuterrahmsoße ^{1, c, h} Dampfkartoffeln Blattsalat Joghurt Dressing ^{h, n} |
| Menu II | vegetarisch Asianudeln mit Chinagemüse ^{a, a1, f} Currysoße ^a Calslowe-Salat ^{c, h} | Rigatoni al forno ^{R, n, a, c} Chinakohlsalat Buttermilch Dressing ^{h, n} | Kartoffeleintopf cremig (Karotte, Sellerie, Lauch) ^{1, k, h} Wurstscheiben ^{100, 3, 9, S} Brötchen ^{a, a1} | vegetarisch Omelette ^{a, a1, c} Bratkartoffeln ¹ Eisbergsalat Joghurt Dressing ^{h, n} | vegetarisch Tortelloni (Tomate-Mozarella) ^{a, c, h} Currysoße ^a Blattsalat Joghurt Dressing ^{h, n} |
| Menu III Alternative | | | Kartoffeleintopf cremig (Karotte, Sellerie, Lauch) ^{1, h, k} Geflügel Wiener ^{2, 4, 9, k} Brötchen ^{a, a1} | Geschnetzelte Putenbrust (Champignons) ^h Semmelknödel ^{1, a, a1, a3, c, h} Eisbergsalat Joghurt Dressing ^{h, n} | |
| Dessert | Erdbeerquark ^h | Frischobst Apfel | Vanillepudding | Frischobst Apfel | Mandarinenjoghurt ^h |

1) mit Farbstoff, 2) mit Konservierungsstoff, 3) mit Nitritpökelsalz, 4) mit Antioxidationsmittel, 9) mit Phosphat, 100) mit Nitrat, G) Geflügel, R) Rindfleisch, S) Schweinefleisch, a) enthält Glutenhaltiges Getreide, sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1) Weizen, a3) Gerste, a5) Dinkel, 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