



# Speisenplan Mensa Hünfeld

November 2018



# Grümel

	<b>Mo. 19.11.</b>	<b>Di. 20.11.</b>	<b>Mi. 21.11.</b>	<b>Do. 22.11.</b>	<b>Fr. 23.11.</b>
<b>Menu I Kid-Fit</b>	Curryhähnchen Bombay <sup>1, h</sup> Reis Salatmix(Eisberg, Karotte) Buttermilch Dressing <sup>h, n</sup>	vegetarisch Nudelsuppe (Sellerie, Lauch, Karotte) <sup>a, a1, c, k</sup> Milchreis+1 <sup>1, 4, h</sup> Apfelmus <sup>4</sup> Kein Dessert	vegetarisch Mediterr. Gemüsepfanne (Zucchini, Paprika, Aubergine) <sup>1, n</sup> gebackene Kartoffeln Kräuterquark <sup>1, a, c, h, l</sup>	Krautpfanne mit Hackfleisch <sup>R, f, h, k</sup> Dampfkartoffeln Gurkensalat <sup>h</sup>	Lachswürfel in Sahnesoße <sup>1, c, h</sup> Vollkornnudeln <sup>a</sup> Karottensalat <sup>1, a, c, h, l</sup>
<b>Menu II</b>	vegetarisch Asianudeln <sup>a, a1, f</sup> Chinagemüse (Champignons, Porree, Paprika) a) Currysoße <sup>a</sup>	Geflügelfleischkäse gebr. <sup>3, 4, 9, F10, l</sup> Geflügelrahmsauce <sup>G, c, f, h</sup> Kartoffelpüree <sup>F16, h</sup> Blumenkohlgemüse <sup>1, c, h</sup>	Gulaschsuppe vom Rind (Kartoffel, Paprika) <sup>9, R, f, k</sup> Brötchen <sup>a, a1</sup>	vegetarisch Käsespätzle <sup>1, h, a, a1, c</sup> Röstzwiebeln <sup>a, a1</sup> Gurkensalat <sup>h</sup>	vegetarisch Rühreier <sup>1, c</sup> Bratkartoffeln <sup>l</sup> Rahmspinat <sup>1, h</sup>
<b>Menu III Alternative</b>					
<b>Dessert</b>	Mandarinenjoghurt <sup>h</sup>	Frischobst Kiwi	Orangenquarkspeise <sup>h</sup>	Frischobst Nektarine	Grießbrei <sup>1, 4, a, a1, h</sup> Himbeersoße

1) mit Farbstoff, 3) mit Nitritpökelsalz, 4) mit Antioxidationsmittel, 9) mit Phosphat, G) Geflügel, R) Rindfleisch, F10) Milchprotein, F16) Milchzucker(Laktose), a) enthält Glutenhaltiges Getreide, sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1) Weizen, 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