



Speisenplan Mensa Hünfeld

Mai 2019



Grümel

| | Mo. 20.05. | Di. 21.05. | Mi. 22.05. | Do. 23.05. | Fr. 24.05. |
|---------------------------------|--|---|---|--|---|
| Menu I Kid-Fit | Rinderhackfleischsoße ^{R, n} Vollkornspaghetti Salatmix(Eisberg,Karotte) American DressingMayo,Joghurt) ^{c, h} | Seehecht-Nuggets ^{a, a1, c, d} Dampfkartoffeln Rahmspinat ^{1, h} | Putengulasch(Zwiebel) Kartoffelknödel ^{a, n} Apfelrotkohl ¹ | Vegetarische Vollkorn- Spätzlepfanne ^{1, a, a1, c} Bratensoße Vegetarisch (Sahne) ^h Möhrenrohkostsalat | vegetarisch Weißer Bohneneintopf (Karotte,Sellerie,Kartoffel) ^{1, k, n} Vollkornbrötchen ^{a, a1, a2, a3, a4, m} |
| Menu II | vegetarisch Maultaschen mit Spinat Zucchini-Tomatensoße ¹ Salatmix(Eisberg,Karotte) American DressingMayo,Joghurt) ^{c, h} | Veget.Gemüseintopf (Karotte,Sellerie,Blumenkohl) ^k Grießklößchen(Ei u. Milch) ^{1, a, a1, c, h} Roggenbrötchen ^{a, a1, a2} | vegetarisch Penne Ratatouille (Aubergine,Zucchini,Paprika) ^{1, a, a1, n} Blattsalat Sauerrahm Dressing ^{h, n} | Hähnchen-Cordonbleu ^{1, 102, 2, 9, G, a, a1, f} Geflügelrahmssoße ^h Curryreis Möhrenrohkostsalat | Piratenwurstgulasch(Brat-,u. Wiener Würstchen,Toma) ^{1, 2, 3, 4, 5, S, h, l} Kartoffelbrei ^{1, h} Rote Beete-Salat |
| Menu III Alternative | | | | | Geflügelfrikadelle ^G Champignonrahmssoße ^{1, h} Kartoffelbrei ^{1, h} Rote Beete-Salat |
| Dessert | Frischobst Apfel | Ananascreme ^h | Trinkjoghurt Johannisbeer ^h | Frischobst Melone | Vanillepudding ^h |

1) mit Farbstoff, 2) mit Konservierungsstoff, 3) mit Nitritpökelsalz, 4) mit Antioxidationsmittel, 5) mit Geschmacksverstärker, 9) mit Phosphat, 102) mit Nitritpökelsalz und Nitrat, G) Geflügel, R) Rindfleisch, S) Schweinefleisch, a) enthält Glutenhaltiges Getreide, sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1) Weizen, a2) Roggen, a3) Gerste, a4) Hafer, 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, m) enthält Sesamsamen 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