

Menüplan der FES-Mensa

Woche		Montag	*	Dienstag	*	Mittwoch	*	Donnerstag	*	Freitag	*
10.06 - 14.06	Menü I 4,50 €	Kartoffelsuppe ^{A,G,L,O}		Gegrillter Tofu mit Reis, Joghurt und Tomatensalat ^{F,G,O}		Mac'n'Cheese ^{A,G,L,O}		Kartoffel-Kohlrabi Gratin ^{G,L,O}		Fischstäbchen mit Kartoffelecken	
	Menü II 4,50 €	Blattsalat mit gebratenen Pilzen ^{G,M,O}		Hähnchenspieß mit Reis Joghurt und Tomatensalat ^{G,O}		Maccheroni mit Tomatensoße und Gemüse ^{A,L,O}		Kartoffel-Brokkoli Gratin ^{G,L,O}		Gemüsestäbchen Kartoffelecken ^A	
17.06 - 21.06	Menü I 4,50 €	Kürbissuppe ^{A,G,L,O}		Risotto mit Brokkoli ^{G,L,O}		Lasagne mit Linsen und Soja ^{A,H,L,O}		Süßkartoffel mit Gemüse und Käse ^{G,L,O}		Veggifilet mit Kartoffeln und Salat ^{A,F,G,L,O}	
	Menü II 4,50 €	Gemischter Salat mit Kichererbsen, Granatanfel ^{G,H,M,O}		Risotto mit gebratenen Champignons ^{G,L,O}		Lasagne mit Rinderhackfleisch ^{A,H,L,O}		Süßkartoffel gefüllt mit Bohnen und Feta ^{G,L,O}		Schlemmerfilet Kartoffeln und Salat ^{A,D,G,M,O}	
24.06 - 28.06	Menü I 4,50 €	Brokkolisuppe ^{A,G,O}		Gebackener Feta mit Reis und Paprikasoße ^{A,G,L,O}		Penne in Kürbisssoße ^{A,G,L,O}		Kartoffeln mit Rahmkohlrabi ^{A,G,L,O}		Veggiesteak Pellkartoffel Kräuterquark ^{A,F}	
	Menü II 4,50 €	Romanasalat mit Croutons und Parmesan ^{A,G,M,O}		Chicken Wings mit Reis und Paprikasoße ^{A,L,O}		Penne mit Spinatsoße ^{A,G,L,O}		Vegetarischer Hackbraten mit Kartoffeln ^{A,F,G,L,O}		Seelachsfilet Pellkartoffel Kräuterquark ^{D,G}	
01.07 - 05.07	Menü I 4,50 €	Kohlrabisuppe ^{A,G,L,O}		Thaicurry mit Räuchertofu und Reis ^{A,F,O}		Käsespätzle mit Salat ^{A,G,L,O}		Kartoffelpüree mit Spinat und Ei ^{G,L,O}		Spaghetti alla Panna ^{A,G,L,O}	
	Menü II 4,50 €	Bunter Salat mit gerilltem Gemüse und Feta ^{G,M,O}		Thaicurry mit Hünchen und Reis ^{A,O}		Sojageschnetzeltes mit Pilzen und Spätzle ^{A,G,L,O}		Kartoffelpüree mit Gemüsebratling und Spinat ^{A,F,G,H,L}		Spaghetti mit Tintenfisch ^{A,L,O,R}	

- A:Gluten
 B:Krebstiere
 C:Eier
 D:Fisch
 E:Erdnüsse
 F:Sojabohnen
 G:Milch
 H:Schalenfrüchte
 L:Sellerie
 M:Senf
 N:Sesam
 O:Schwefeloxid/Sulfite
 P:Lupinen
 R:Weichtiere

Zusatzstoffe

- 1 Konservierungsmittel
- 2 Farbstoff
- 3 Antioxidationsmittel
- 4 Phosphat
- 5 Geschmacksverstärker
- 6 geschwefelt
- 7 gewachst

schmeffelasse

*** Bitte jeweils ein Menü ankreuzen!!!**

Schüler-Name:

Klasse:

Unterschrift: