



Speisenplan Mensa Hünfeld

Januar 2019



Grümel

	Mo. 14.01.	Di. 15.01.	Mi. 16.01.	Do. 17.01.	Fr. 18.01.
Menu I Kid-Fit	vegetarisch Maccaroni ^{a, a1} Käsesahnesoße ^{1, h} Bunter Gurkensalat (Paprika, Bohnen, Mais) ^{1, a, c, h, l}	Geschnetzelte Putenbrust (Champignons) ^h Vollkornnudeln ^a Tomatensalat ⁿ	Schweineschnitzel paniert+1 ^{a, a1} Bratensauce Kartoffelauflauf ^{1, h} Möhrensalat ^h	vegetarisch Kräuterquark mit Ei ^{c, h} Dampfkartoffeln Knabbergemüse (Karotte, Gurke, Paprika)	Grill-Fisch(Seelachs) ^d Reis Salatmix (Endivien, Weißkohl, Karotte) Sauerrahm Dressing ^{h, n}
Menu II	Linsen- Gemüseintopf (Karotte, Kartoffel, Lauch) ^{1, i, k} Geflügel Wiener ^{2, 4, 9, k} Brötchen ^{a, a1}	vegetarisch Nudelsuppe (Sellerie, Lauch, Karotte) ^{a, a1, c, k} Milchreis ^{1, 4, h} Apfelkompott ⁴ Kein Dessert	vegetarisch Falafel Bällchen ^a Tomatensauce ¹ Kartoffelauflauf ^{1, h} Möhrensalat ^h	Hackbällchen Rind ^{R, a, a1, c, l} Paprikarahmsauce ^{1, h} Gemüsereis (Karotte, Erbsen, Paprika)+1 ¹	vegetarisch Gnocchi mit Zucchini, Erbsen und Paprika ¹ Tomatensauce ¹ Salatmix (Endivien, Weißkohl, Karotte)
Menu III Alternative			Hähnchenschnitzel paniert ^{a, a1} Bratensauce Kartoffelauflauf ^{1, h} Möhrensalat ^h		
Dessert	Vanillepudding ^h	Frischobst Apfel	Erdbeerquark ^h	Frischobst Clementine	Trinkjoghurt Himbeer ^h

1) mit Farbstoff, 2) mit Konservierungsstoff, 4) mit Antioxidationsmittel, 9) mit Phosphat, R) Rindfleisch, a) enthält Glutenhaltiges Getreide, sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1) Weizen, c) enthält Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, d) enthält Fisch und daraus gewonnene Erzeugnisse, h) enthält Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschl. Laktose), i) enthält Schalenfrüchte und daraus gewonnene Erzeugnisse, 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