

*Speiseplan für Mensa Gymnasium
und Realschule*

von Montag, 07. Januar 2019 - Donnerstag, 10. Januar 2019



Tag	Vor Schulbeginn	Pausenmahlzeit für 1. und 2. Pause, teilweise Mittagspause	Kleiner Salat 0,50 € Vorbestellung	Salat 1 1,70 € Vorbestellung	Salat 2 3,20 € Vorbestellung	Kleines Menü 2,30 € Vorbestellung	Regens – Wagner – Menü klein 2,30 € Vorbestellung	Kleiner Nachtisch 0,50 € Vorbestellung	Jogurt– Obst-becher 1,00 € Vorbestellung	
Montag 07.01.2019	Verschiedene Semmeln a	Vollkorn – brötchen a,k		gem. Salat mit Croutons a	bunter Salat mit Chicken Nuggets a	Backcamembert g,10 mit Preiselbeeren Toastbrot a und Salat vom Buffet	Fleischspieß in pikanter Soße mit Curryreis und Salat vom Buffet	Naturjogurt - Obst		
Dienstag 08.01.2019		Wurstsemmeln a, 3,4,5	Kleiner Salat	Salat „Mista“ (Eisbergsalat, Gurken und Tomaten)	Salatteller mit Schinken-Käse-Hörnchen a,3,4,5,g,10	Apfelstrudel a,c mit Vanillesoße g,10	Fischroulade mit Kräutersoße, Salzkartoffeln und Karottensalat			
Mittwoch 09.01.2019		Käsesemmeln a,g, 10	Kleiner Salat	versch. Salate mit Käse g,10	ital. Salat mit Thunfisch, Schinken 3,4,5 und Ei	Nudeln a,c mit Gemüse-Sahnesoße g und Salat vom Buffet	gefüllte Schnitzel g,10 mit Kartoffelsalat und Salat vom Buffet	Naturjogurt - Obst		
Donnerstag 10.01.2019		Wurstsemmel a, 3,4,5	Mozzarella-sandwich a,g, 10	Kleiner Salat	Salatteller mit Sonnenblumenkernen	Rohkostsalat mit Chicken Wings a	Gnocchi mit Tomaten und Mozzarella g,10 überbacken bunter Blattsalat	Gemüseintopf mit Wiener Würstchen 3,4,5 und Brötchen a		
		Käsesemmeln a,g,10	Wiener 2,3,5,10	Zwei Dressing stehen zur Wahl						
Freitag	Kalte und warme Getränke	Leberkäse 3,4,5								
		Schnitzel-sandwich a,c								
		Versch. Jogurt								
		Obst								
		Getränke								

Weitere Informationen siehe Aushang!

Guten Appetit wünscht das Regens- Wagner- Team

Allergene sind gekennzeichnet mit: a) glutenhaltiges Getreide b) Krebstiere, c) Eier, d) Fisch, e) Erdnüsse, f) Sojabohnen, g) Milch, h) Schalenfrüchte, i) Sellerie, j) Senf, k) Sesamsamen, l) Lupinen, m) Weichtiere, n) Schwefeldioxid und Sulfite
Deklarationspflichtige Zusatzstoffe sind mit Nr. gekennzeichnet lt. Zusatzstoffverordnung: 1 Farbstoff, 2 Konservierungsmittel, 3 Antioxidationsmittel, 4 Geschmacksverstärker, 5 Phosphat, 6 Süßungsmittel, 7 geschwefelt, 8 geschwärzt, 9 gewachst, 10 Stabilisatoren