

*Speiseplan für Mensa Gymnasium  
und Realschule*

*von Montag, 16. Juli 2018 - Donnerstag, 19. Juli 2018*



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 16.07.2018	Verschiedene Semmeln a	Vollkorn – brötchen a,k	Kleiner Salat	gem. Salat mit Kidneybohnen	Salatteller mit Zwiebelringen und Fischstäbchen a,c	Gemüseschnitzel mit Kartoffelsalat und Blattsalat	Chicken Nuggets a mit Kartoffel-Twisters und Blattsalat	Naturjogurt - Obst	
Dienstag 17.07.2018		Wurstsemmeln a, 3,4,5	Kleiner Salat	Mixsalat mit Sonnenblumenkernen	Rohkostsalat mit Paprikastreifen, Spargel, Käse g,10 und Kräuterbaguette a,g	Gyros mit Fladenbrot a Tzatziki g,10 und Weißkrautsalat	Fischroulade mit Kräutersoße Salzkartoffeln und Salat vom Buffet		
Mittwoch 18.07.2018		Käsesemmel a, 3,4,5	Kleiner Salat	bunter Salat mit Oliven	Salatplatte Mit Partyfrikadellen a,c	Milchreis g und Kompott	Rinderrahmgulasch a,g mit Nudeln a,c und Gurkensalat	Naturjogurt - Obst	
Donnerstag 19.07.2018		Wurstsemmel a, 3,4,5	Kleiner Salat	Salatteller mit Gurken und Tomaten	gem. Salat mit Räucherlachs d und Sahnemeerrettich g,2,6,7	Ofenkartoffeln mit Kräuterquark g,10 und Salat vom Buffet	überbackene Pfannkuchen mit Hackfleisch- Gemüsefüllung g,10 und Salat vom Buffet		
Freitag		Käsesemmel a,g,10	Zwei Dressing stehen zur Wahl						
		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