

*Speiseplan für Mensa Gymnasium  
und Realschule*

*von Montag, 14. Januar 2019 - Donnerstag, 17. 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 14.01.2019	Verschiedene Semmeln a	Vollkorn – brötchen a,k		Rohkostsalat mit Karottenstreifen	Salat „Allerlei“ mit Backfisch a,c und Remoulade g,10	Gemüse-Reisauflauf g und grüner Salat	Hackfleischklößchen a,c,g mit Bratensoße Kartoffelpüree g und Mischgemüse	Naturjogurt - Obst		
Dienstag 15.01.2019		Wurstsemmeln a, 3,4,5	Kleiner Salat	gem. Salat mit Cranberrys	Salatteller “griech. Art”(Fetakäse g,10, Zwiebeln, Paprikastreifen und Oliven) Baguette a	Schweinesteak mit Nudelsalat a,c und Salat vom Buffet	Brätlinge mit Gemüsestreifen und Käse g,10 Salat vom Buffet			
Mittwoch 16.01.2019		Käsesemmel a, 3,4,5	Kleiner Salat	Mixsalat mit Pinienkernen	Salatplatte mit Hähnchenbruststreifen und Früchten	Milchreis g und Kompott	Currywurst 3,4,5 und Pommes frites	Naturjogurt - Obst		
Donnerstag 17.01.2019		Wurstsemmel a, 3,4,5	Wiener 2,3,5,10	Kleiner Salat	bunter Salat mit Spargel	gem. Salat mit Partyfrikadellen a,c,g	bunte Nudel-Gemüsepfanne und Salat vom Buffet	pan. Fischfilet a,c mit Senfsoße Salzkartoffeln und Salat vom Buffet		
		Käsesemmel a,g,10	Leberkäse 3,4,5	Kleiner Salat						
Freitag	Kalte und warme Getränke	Schnitzel-sandwich a,c	Zwei Dressing stehen zur Wahl							
		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