

*Speiseplan für Mensa Gymnasium
und Realschule*

von Montag, 08. Oktober 2018 - Donnerstag, 11. Oktober 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 08.10.2018	Verschiedene Semmeln a	Vollkorn – brötchen a,k		Mixsalat mit Croutons a	Salat Allerlei mit Chicken Wings a	Apfelstrudel a,c,g mit Vanillesoße g	Maultaschen a in Gemüsesoße und Salat vom Buffet	Naturjogurt - Obst	
Dienstag 09.10.2018		Wurstsemmeln a, 3,4,5	Kleiner Salat	versch. Blattsalate mit Gurken und Tomaten	Rohkostsalat mit Salamibaguette a,3,4,5	Gemüselasagne a,g und Gurkensalat	Fischnuggets a mit Kartoffelsalat und Gurkensalat		
Mittwoch 10.10.2018		Käsesemmeln a,g, 10	Kleiner Salat	bunter Salat mit Zwiebelringen	Salatplatte mit Fischstäbchen a	veg. gefüllte Frühlingsrolle und Salat vom Buffet	Schweineroulade mit Rahmsoße g Klob a,2 und buntes Gemüse	Naturjogurt - Obst	
Donnerstag 11.10.2018		Mozzarella-sandwich a,g, 10	Kleiner Salat	Salatteller mit Früchten	gem. Salat mit Mexikostange a	Ofenkartoffeln mit Kräuterquark g und bunter Blattsalat	Rinderrahmgulasch a mit Nudeln a,c und bunter Blattsalat		
Freitag		Wiener 2,3,5,10	Zwei Dressing stehen zur Wahl						
	Wurstsemmel a, 3,4,5	Leberkäse 3,4,5							
	Käsesemmeln a,g,10	Schnitzel-sandwich a,c							
	Kalte und warme Getränke	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