

*Speiseplan für Mensa Gymnasium  
und Realschule*

*von Montag, 05. November 2018 - Donnerstag, 08. November 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 <b>„Schnitzelwoche“</b>	Regens – Wagner – Menü klein 2,30 € Vorbestellung	Kleiner Nachtisch 0,50 € Vorbestellung	Jogurt– Obst-becher 1,00 € Vorbestellung
Montag 05.11.2018	Verschiedene Semmeln a	Vollkorn – brötchen a,k		Tomaten-Mozzarellasalat g,10 und Ciabatta a	versch. Blattsalate mit Paprikastreifen und Fischstäbchen a,c	„Veggie“ Schnitzel a,c auf Körnerbrötchen a und Salat vom Buffet	Schinkennudeln a,3,4,5 mit Tomatensoße Salat vom Buffet	Naturjogurt - Obst	
Dienstag 06.11.2018		Wurstsemmeln a, 3,4,5	Kleiner Salat	Salatteller mit Kidneybohnen	Salat „Allerlei“ mit Chicken Wings a	Champignonschnitzel a,g mit Reis g und Karottensalat	Apfelstrudel a,c,g mit Vanillesoße g,10		
Mittwoch 07.11.2018		Käsesemmel a, 3,4,5	Kleiner Salat	bunter Salat mit Croutons a	Rohkostsalat mit Piccolinos a,g,10,3,4,5	pan. Schweineschnitzel a,c mit Kartoffelsalat und bunter Blattsalat	veg. gefüllte Wraps a und bunter Blattsalat	Naturjogurt - Obst	
Donnerstag 08.11.2018		Käsesemmel a,g,10	Kleiner Salat	Salat „Mista“ (Eisbergsalat, Gurken, Tomaten) mit Salamiecken 3,4,5	Salatteller mit Mozzarellasticks g,10	Schnitzelpfanne mit Spätzle a,c und Salat vom Buffet	Graupen-/Laucheintopf a mit Hackfleisch und Salat vom Buffet		
Freitag		Wurstsemmel a, 3,4,5	Zwei Dressing stehen zur Wahl						
		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