

Speiseplan

Mensa Bildungszentrum Elstal

für die 19. Kalenderwoche vom 04.05.26 bis 10.05.26

	Vorspeise	Menü 1	Menü 2	Dessert
Montag 04.05.26	Fruchtiger Quinoa-Salat mit Karotte, Trauben und Nüssen ^{15,h,h1}	Gyros vom der Pute mit Zwiebeln Tzatziki ^{15,g} Reis ¹	Vegetarischer Erbseneintopf ^{1,15,i} Baguette ^{a,a1,a3}	Milchreis ⁹
Dienstag 05.05.26	Apfel Paprika Salat ^{15,5,l}	Saftiges Steak vom Schwein ^{a,a1} Senfsauce ^{a,a1,g,j} Fingermöhren ¹ Kartoffelstampf ^{1,g}	Milchrahmauflauf ^{2,a,a1,c,g} dazu warme Vanille Sauce ^{1,g} Fruchtsauce Himbeeren ¹	Frisches Obst ²
Mittwoch 06.05.26	Tomatencremesuppe ^{9,i}	Indisches Butter Chicken ⁹ Kurkuma Reis mit Erbsen	Frittata mit Gemüse ^{c,g} herzhafter Kräuterquark ⁹ Salzkartoffeln ¹	Mangocreme ⁹
Donnerstag 07.05.26	Buntes Salatbuffet mit zwei hausgemachten Salatsaucen ^{3,c,g,j,l}	Putenschnitzel paniert ^{a,a1} Stangen-Spargel (150g) Sauce Hollandaise ^{c,g} Salzkartoffeln ¹	Süßkartoffel-Chili sin Carne ¹⁵ dazu ein Sauerrahmdipp ⁹ Baguette ^{a,a1,a3}	Bienenstich im Glas ^{1,15,a,a1,c,g,h,h1}
Freitag 08.05.26	Gurkensalat mit Schmand ^{3,g,l}	Gebratenes Welsfilet ^{a,a1,d} an Meerrettichsauce ^{1,3,5,a1,f,g,l} Tomaten-Lauchgemüse ^{1,f} Salzkartoffeln ¹	Vegetarische Bolognese mit roten Linsen Spirelli ^{1,a,a1}	Quark mit Erdbeeren ⁹
Samstag 09.05.26	Couscoussalat mit Petersilie ^{15,a,a1}	Hähnchensteak mit Tomate-Mozzarella ⁹ dazu eine Tomatensauce ^{1,i} gebratene Schupfnudeln ^{1,a,a1}	Herzhaftes Pilz-Kartoffel-Gulasch (Vegetarisch) ¹⁵ Baguette ^{a,a1,a3}	Vanille Pudding ^{1,g} dazu Schokoladensauce ⁹
Sonntag 10.05.26	Frischer gemischter Salat Vinaigrette ^{3,j,l}	Geschnetzeltes Züricher Art ^{1,g,j} Kroketten ^{a,a1}	Hausgemachte Gemüsequiche ^{15,a,a1,c,g} herzhafter Kräuterquark ⁹	Creme Brûlée ^{c,g}

Änderungen vorbehalten

Legende der Zusatzstoffe und Allergene:

1 = mit Farbstoff/en, 15 = unter Schutzatmosphäre verpackt, 2 = konserviert, 3 = mit Antioxidationsmittel, 5 = geschwefelt, a = Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1 = Weizen, a3 = Gerste, c = Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, d = Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse, f = Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse, g = Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschl. Laktose), h = Schalenfrüchte und daraus gewonnene Erzeugnisse, h1 = Mandeln, i = Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, j = Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse, l = Schwefeldioxide und Sulphite >10 mg/kg oder 10mg/l