



Allergene: a = Gluten, b = Krebstiere, c = Eier, d = Fisch, e = Erdnüsse, f = Soja, g = Milch, h = Schalenfrüchte, i = Süßholzwurzel, j = Senf, k = Sesamsamen, l = Schwefeldioxid/Sulfite, m = Lupinen, n = Weichtiere, s = Schweinefleisch

Zusatzstoffe: 1 = Farbstoff, 2 = Konservierungsstoff, 3 = Antioxidationsmittel, 4 = Geschmacksverstärker, 5 = Geschwefelt, 6 = gewachst, 7 = Phosphat, 8 = Süßungsmittel

\* = Komponente aus kontrolliert biologischem Anbau  
Glutenquelle und Nussarten entnehmen Sie bitte unserem Aushang.  
Änderungen vorbehalten.



DE-ÖKO-039 Kontrollstelle

# SPEISEPLAN

Heliosschule

17. KW	Menü 1	Menü 2 vegetarisch	Menü 3	Nudelbar	Salatteller	Salat	Dessert
<b>Montag</b> 22/04/2024	Rindergeschneitzelles in Creme-Fraiche-Sauce (g) Fusilli-Nudeln (aW) Blumenkohl	Chili sin carne mit Soja, Mais, Kidney-Bohnen und Paprika (f,i,j) Bulgur (aW) geriebener Käse (g,1)	Rinderfrikadelle (aW,c,g,i,j) Blumenkohl in Bechamelsauce (aW,g) Kartoffeln	Nudelbar - Pasta mit Saucen zur Auswahl (Allergeninformationen findet ihr in der Mensa)	Nudel-Gryssalat mit Joghurt-Knoblauchdressing, Gemüse und Hähnchenbruststreifen (1,8)(aW/c/g/f/i/j), dazu ein Brötchen (aW)	Rote Beete-Apfel-Salat (8)	Türkischer Joghurt mit Honig (g)
<b>Dienstag</b> 23/04/2024	Vegetarische Miniwürstchen (aSp) rahmiges Sauerkraut (g) Kartoffeln	Ravioli mit Gemüsefüllung (aW,c,g,i) Pilzragout in milder Sahnesauce (g)	Rostbratwürstchen (Geflügel) (g) rahmiges Sauerkraut (g) Kartoffelkroketten (g)	Nudelbar - Pasta mit Saucen zur Auswahl (Allergeninformationen findet ihr in der Mensa)	Bunter Salat mit Paprika, Hirtenkäse, Oliven, Tomaten, Gurken und Krautsalat (3) (g), dazu ein Brötchen (aW)	Tomatensalat (Tomaten mit Essig, Öl und Kräutern)	Schokomilchpudding (g)
<b>Mittwoch</b> 24/04/2024	Käsespätzle (mit Zwiebeln) (aW,c,g,1) und Geflügelbällchen (aW,c,g,j)	Erbensuppe mit Kartoffelwürfeln und Wurzelgemüse (l) Vollkornbrötchen (aW)	Hähnchenschnitzel (aW,c) braune Rahmsauce (g) Spätzle (aW,c) Brokkoli natur	Nudelbar - Pasta mit Saucen zur Auswahl (Allergeninformationen findet ihr in der Mensa)	Bunter Salat mit Hähnchen, Ananas, Tomate und Gurke, dazu ein Brötchen (aW)	Möhrensalat mit Honig und Zitrone	Stracciatella-Joghurt (g)
<b>Donnerstag</b> 25/04/2024	Paniertes Seelachsfilet (aW,c,d,g,i,j) Rahmspinat (g) frisches Kartoffelpüree (g)	Ofengemüse (Zucchini, Aubergine, Möhre, Paprika, Kürbis) mit Feta (g,i) Mehorkornbaguette (aW,aG,aH,aR,k)	Ofengemüse (Zucchini, Aubergine, Möhre, Paprika) (i,j) Hähnchenbruststreifen Parboiled Reis	Nudelbar - Pasta mit Saucen zur Auswahl (Allergeninformationen findet ihr in der Mensa)	Bunter Salat mit Mozzarella-bällchen, Cherrytomaten und Basilikum (g), dazu ein Brötchen (aW)	Chinakohlsalat, Cocktaildressing (aW,c,g,j,1,2,8)	Hausgebackener Marmorkuchen (aW,c,g,h)
<b>Freitag</b> 26/04/2024							



Wir sind biozertifiziert durch die Gesellschaft für Ressourcenschutz (GRS). Folgende Zutaten verwenden wir ausschließlich in Bio-Qualität: Salzkartoffeln, Pellkartoffeln, Parboiled Reis, Vollkornreis, Vollkornbrötchen, Spirelli, Penne, Spaghetti, Vollkorn-Penne, Blattspinat, Brokkoli, Erbsen, Brechbohnen, Bulgur, Apfel als Stückobst und Apfeirus

