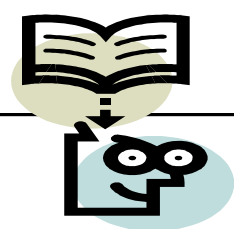


Speisenplan

für die Zeit vom: 15.10.2018 bis 19.10.2018
IGS Hamm

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vegetarisch	Gnocchi gratiniert mit mediterranem Gemüse dazu Tomatenkräutersauce	Schupfnudel-Gemüsepfanne mit Bio-Karottenscheiben dazu Käsesauce	Zucchini-Möhrenpuffer Kräuterquark und Blattsalat	Eierpfannkuchen mit Himbeer-Pannacotta- Füllung dazu Vanillesauce	
Zusatzstoffe/Allergene	5/27,31	/ 21,27,31	3,15/ 27,31,41,43	/ 21,27,31	
Menü I	Hähnchenschnitzel Sauce Bearnaise Spätzle Bio-Erbsengemüse	Fischstäbchen Remouladensauce Salzkartoffeln Rahmspinat	Bolognese vom Rind Bio-Vollkornspaghetti und geriebenem Käse Beilagensalat	Hähnchencurry in Kokosnusssauce dazu Bio-Basmatireis und Salat	
Zusatzstoffe/Allergene	1, / 21,23,27,31,40,43	1,3,4,5/21,27,28,31,41,43	1,2,3,15/21,31,30,41,43	3,15/31,41,43	
Menü II	Bauernhacksteak v. Schwein mit Bratenjus und Bio-Möhrengemüse " Bürgerlich "mit Speck	Nudelauflauf Griech.Art mit Putenfleisch und Bio-Penne Tzatziki dazu ein Salat	Hähnchenkeule mit Rahmsauce Kräuter - Parboiledreis Maisgemüse	Schweizer Schnitzel v.Schwein mit Rahmsauce Ofen-Röstis und Bohnengemüse	
Zusatzstoffe/Allergene	2,3,7,14 / 21,27,31,40,41	3,15/21,31,40,41	/ 21,27,31,40,45	1 / 21,27,31	
Bio-Nudelbar	Außerdem... gibt es an der Bio-Nudeltheke täglich wechselnde Bio-Nudelsorten und drei verschiedene Saucen. Nudelsauce der Woche Käsesauce				
Dessert		Blaubeerquark		Obst	
Zusatzstoffe/Allergene		,/31		,/31	
Salatteller	Salatteller	Salatteller	Salatteller	Salatteller	
Zusatzstoffe/Allergene					
Euer Küchenteam wünscht guten Appetit !					

Unsere Speisen werden mit jodiertem Salz zubereitet

Änderungen vorbehalten

Solange der Vorrat reicht

Hinweis: Nähere Informationen zu den Zusatzstoffen und Allergenen entnehmen Sie bitte dem Aushang in der Mensa



Zertifiziert nach DE-ÖKO-013