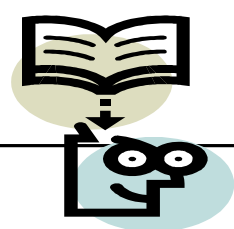


Speisenplan

für die Zeit vom: 21.01.2019 bis 25.01.2019

IGS Hamm

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vegetarisch	Bio-Ravioli mit Gemüsefüllung dazu Tomatenkräutersauce und Salat	Schupfnudel-Gemüsepfanne Käsesauce	Zucchini-Möhrenpuffer mit Kräuterquark Salzkartoffeln und Blattsalat	Apfelpannkuchen mit Vanillesauce	
<small>Zusatzstoffe/Allergene</small>	5/21,40	,/21,27,31,43	,/27,31	,/21,27,31	
Menü I	Rindergulasch mit Pilzen Salzkartoffeln dazu ein Beilagensalat	Hähnchenkeule mit Pfeffersauce Kräuterreis und Farmergemüse	Blumenkohl-Hackfleisch- Auflauf vom Rind mit Kräuter-Käsesauce	Hähnchencurry in Kokosnussauce Bio-Fairtrade-Basmatireis und Salat	
<small>Zusatzstoffe/Allergene</small>	3,15/31,41,43	,/21,27,31,40,45	,/27,31	,/31,41	
Menü II	Putenbratbällchen mit Bratenjus Reis und Rahmgemüse	Bio-Nudel-Spinatauflauf mit Lachswürfeln und Bechamelsauce	Hähnchen Cordon Bleu mit Rahmsauce Salzkartoffeln kleiner Salat	Schweizer Schnitzel v.Schwein mit Rahmsauce Backofen-Röstis Bohngemüse	
<small>Zusatzstoffe/Allergene</small>	,/21,27,31,41	,/21,27,28,31	1/21,27,31,45	1/21,27,31	
Nudelbar	Außerdem... gibt es an der Nudeltheke täglich wechselnde Nudelsorten und drei verschiedene Saucen. Nudelsauce der Woche Carbonara				
Dessert		Ananasjoghurt		Blaubeerquark	
<small>Zusatzstoffe/Allergene</small>		,/31		,/31	
Salatteller	Salatteller	Salatteller	Salatteller	Salatteller	
<small>Zusatzstoffe/Allergene</small>					
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