







**von Mo, 20.09.21  
bis Fr, 24.09.21**

**Mensa Ratsgymnasium**

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Menü A</b>	Hühnerfrikassee Spreewälder Art   Butterreis Apfel-Möhrenrohkost	Snackauswahl am Kiosk	Chicken nuggets aus reinen Brustfleischstücken a, a1, a3 Ketchup hausgemachtes Kartoffelpüree g grüner Salat in Zitronen- Joghurtdressing g	paniertes Seelachsfilet a, d, a1 Kräutercreme g Backkartöffelchen Gurken-Tomatensalat	Snackauswahl am Kiosk
<b>Menü B</b>	Österreichischer Kaiserschmarr'n, gezupfter Eierkuchen dazu Apfelmus 3, 13, a, c, g, a1 		Pierogi Ruski, Polnisch- Russische Spezialität (Nudeltaschen mit Kartoffel-Quarkfüllung) 13, a, c, g Creme fraiche Sauce g grüner Salat in Zitronen- Joghurtdressing g 	Gemüsepuffer a, c, a1 Joghurtdip g Curry-Bulgur mit Cashewkernen a, g, h, i, a1, h4 bunter Salat fruchtiger Vinaigrette i, j, l 	
	Nudelbar Dessert	.	Nudelbar Dessert	Nudelbar Dessert	. Dessert

3 mit Antioxidationsmittel  
13 mit Milcheiweiß

- a Gluten
- c Eier
- d Fisch
- g Milch
- h Nüsse
- i Sellerie
- j Senf
- l SO2
- a1 Weizen
- a3 Gerste
- h4 Kaschunüsse

 mit Schweinefleisch

 vegetarisch

Alle Speisen werden mit jodiertem Speisesalz hergestellt

**Selbstverständlich werden alle unsere Gerichte ohne Geschmacksverstärker hergestellt**

**Wir verwenden kein Formfleisch !**

Technologisch unvermeidbare geringfügige Spuren allergener Stoffe, die unbeabsichtigt während der Produktion, Lagerung oder dem Transport in das Produkt gelangen können, können nicht ausgeschlossen werden!

Speise / Komponente	Allergene										
Hühnerfrikassee Spreewälder Art, Butterreis, Apfel-Möhrenrohkost									SO <sub>2</sub>		
Hühnerfrikassee Spreewälder Art									SO <sub>2</sub>		
Chicken nuggets aus reinen Brustfleischstücken, Ketchup, hausgemachtes Kartoffelpüree, grüner Salat in Zitronen-Joghurdressing											
Chicken nuggets aus reinen Brustfleischstücken											
hausgemachtes Kartoffelpüree											
grüner Salat in Zitronen-Joghurdressing											
paniertes Seelachsfilet, Kräutercreme, Backkartöffelchen, Gurken-Tomatensalat											
paniertes Seelachsfilet											
Kräutercreme											
Österreichischer Kaiserschmarr'n, gezipfter Eierkuchen dazu Pflaumenkompott											
Österreichischer Kaiserschmarr'n, gezipfter Eierkuchen dazu Apfelmus											
Pierogi Ruski, Polnisch-Russische Spezialität (Nudeltaschen mit Kartoffel-Quarkfüllung), Creme fraiche Sauce, grüner Salat in Zitronen-Joghurdressing											
Pierogi Ruski, Polnisch-Russische Spezialität (Nudeltaschen mit Kartoffel-Quarkfüllung)											
Creme fraiche Sauce											
grüner Salat in Zitronen-Joghurdressing											
Gemüsepuffer, Joghurdip, Curry-Bulgur mit Cashewkernen, bunter Salat, fruchtiger Vinaigrette									SO <sub>2</sub>		
Gemüsepuffer											
Joghurdip											
Curry-Bulgur mit Cashewkernen											
fruchtiger Vinaigrette									SO <sub>2</sub>		

Gluten 
 Eier 
 Fisch 
 Milch 
 Nüsse 
 Sellerie 
 Senf 
 SO<sub>2</sub>
 Weizen 
 Gerste 
 Kaschunüsse