

**von Mo, 22.11.21
bis Fr, 26.11.21**

Mensa Ratsgymnasium

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü A	Hühnerfrikassee Spreewälder Art 1 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
Menü 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!



Mensa Stiftung Minden gemeinnützige GmbH



Speise / Komponente	Allergene											
Hühnerfrikassee Spreewälder Art, Butterreis, Apfel-Möhrenrohkost									SO ₂			
Hühnerfrikassee Spreewälder Art									SO ₂			
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, Backkartoffelchen, 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 ₂			
Gemüsepuffer												
Joghurdip												
Curry-Bulgur mit Cashewkernen												
fruchtiger Vinaigrette									SO ₂			

- Gluten
- Eier
- Fisch
- Milch
- Nüsse
- Sellerie
- Senf
- SO₂
- Weizen
- Gerste
- Kaschunüsse