



# Speiseplan vom 09.12.2024 bis 15.12.2024

## Mensa Ratsgymnasium

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Menü A</b>	<p>Kibbelinge, gebackene Seelachsfiletstücke in Petersilienpanade <sup>(19)</sup> (a,aa,d,g,i,p,q)</p> <p>Senfsoße <sup>(08)</sup> (d,g,i) hausgemachtes Kartoffelpüree mit Bio-Milch <sup>(g,p,q)</sup></p> <p>milder weißer Gurkensalat <sup>(03)</sup> (j,l)</p> <p>Panna Cotta Pudding <sup>(p,q)</sup></p>	<b>Snackauswahl am Kiosk</b>	<p>Geflügel-Bratwurst <sup>(i,p,q)</sup></p> <p>Sauerkraut hausgemachtes Kartoffelpüree mit Bio-Milch <sup>(g,p,q)</sup></p> <p>Joghurt Stracciatella <sup>(g)</sup></p>	<p>Hähnchen-Brustfilet paniert <sup>(a,aa,ac)</sup></p> <p>Champignon-Rahmsoße <sup>(08)</sup> (g)</p> <p>Kräuterkarotten <sup>(01,02)</sup></p> <p>Salzkartoffeln</p> <p>Milchpudding Schokolade <sup>(p,q)</sup></p>	<b>Snackauswahl am Kiosk</b>
<b>Menü B</b>	<p>Pellemänner, gebackene kleine Kartoffelchen</p> <p>Quark-Kräutercreme mit Bio-Leinöl <sup>(g,p,q)</sup></p> <p>Salatgarnitur</p> <p>Vinaigrette fruchtig mit Bio-Öl <sup>(j,l)</sup></p> <p>Panna Cotta Pudding <sup>(p,q)</sup></p>	<b>Snackauswahl am Kiosk</b>	<p>Nudelaufbau Bolognese, Bio-Spiralen mit Bio-Tomaten und Bio Linsen, mit Käse überbacken <sup>(01,08)</sup> (a,i,p,q)</p> <p>bunter Salat 2</p> <p>Balsamico Dressing mit Bio-Öl <sup>(01)</sup> (j,l)</p> <p>Joghurt Stracciatella <sup>(g)</sup></p>	<p>Nasi Goreng, indonesischer gebratener Bio-Reis mit Ei <sup>(02)</sup> (a,aa,c,f,i,p,q)</p> <p>Gurken-Tomatensalat <sup>(03)</sup> (l)</p> <p>Milchpudding Schokolade <sup>(p,q)</sup></p>	<b>Snackauswahl am Kiosk</b>
<b>Nudelbar</b>	Nudelbar	<b>Snackauswahl am Kiosk</b>	Nudelbar	Nudelbar	<b>Snackauswahl am Kiosk</b>



Öko-Kontrollstelle: DE-ÖKO-039

**Es kann nicht ausgeschlossen werden, dass Spuren von Allergenen in den Speisen enthalten sind. Trotz sorgfältiger Produktauswahl, lassen sich in seltenen Fällen, Knochenreste im Fleisch und Gräten im Fisch nicht zu 100% ausschließen.**

**Aufgrund von saisonalen Gegebenheiten sind kurzfristige Änderungen im Speiseplan möglich !**

**Zusatzstoffe**

01=mit Farbstoff

02=mit Konservierungsstoff

03=mit Antioxidationsmittel

08=mit Phosphat

19=mit Milcheiweiß

35=Unter Schutzatmosphäre verpackt

**Allergene**

a=Glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Khorasan-Weizen oder deren Hybridstämme) und daraus gewonnene Erzeugnisse

aa=Weizen

ac=Gerste

ae=Dinkel

c=Eier und -erzeugnisse

d=Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse

f=Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse

g=Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose)

i=Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse

j=Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse

l=Schwefeldioxid und Sulfite (Konzentration mehr als 10mg/kg oder 10mg/l), ausgedrückt als SO<sub>2</sub>

p=Milch und Milchprodukte

q=Lactose

**Die folgenden Produkte werden ausschließlich in Bio-Qualität verwendet:**

Tomatenpulver (gefriergetr.)

Tomatenflocken (gefriergetr.)

Kuhmilch

Vollkornnudeln

Albgold- Bio Fusilli (Spiralen)

Albgold- Rigatoni (Röhrchen)

Albgold-Spaghetti

Albgold-Gabelspaghetti

Langkornreis parboiled

Erbsen trocken

Linsen rot

Bohnen trocken weiß

**Von der Ölmühle Solling:**

Bio-Salatöl fruchtig

Bio-Salatöl kernig

Bio-frisch gepresstes Leinöl

**Aufgrund von saisonalen Gegebenheiten sind kurzfristige Änderungen im Speiseplan möglich !**

**Zusatzstoffe**

01=mit Farbstoff

02=mit Konservierungsstoff

03=mit Antioxidationsmittel

08=mit Phosphat

19=mit Milcheiweiß

35=Unter Schutzatmosphäre verpackt

**Allergene**

a=Glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Khorasan-Weizen oder deren Hybridstämme) und daraus gewonnene Erzeugnisse

aa=Weizen

ac=Gerste

ae=Dinkel

c=Eier und -erzeugnisse

d=Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse

f=Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse

g=Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose)

i=Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse

j=Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse

l=Schwefeldioxid und Sulfite (Konzentration mehr als 10mg/kg oder 10mg/l), ausgedrückt als SO<sub>2</sub>

p=Milch und Milchprodukte

q=Lactose

**Die folgenden Produkte werden ausschließlich in Bio-Qualität verwendet:**

Tomatenpulver (gefriergetr.)

Tomatenflocken (gefriergetr.)

Kuhmilch

Vollkornnudeln

Albgold- Bio Fusilli (Spiralen)

Albgold- Rigatoni (Röhrchen)

Albgold-Spaghetti

Albgold-Gabelspaghetti

Langkornreis parboiled

Erbsen trocken

Linsen rot

Bohnen trocken weiß

**Von der Ölmühle Solling:**

Bio-Salatöl fruchtig

Bio-Salatöl kernig

Bio-frisch gepresstes Leinöl