



## Mensa-Speiseplan für die Woche

**21.09. – 25.09.2020**

### Montag, 21.09.2020

**Essen 1:** Makkaroni <sup>a1</sup> mit Pilzragout <sup>f</sup> (frische Kräuter, Parmesan, Sonnenblumen- und Kürbiskerne)

**Essen 2:** Zwiebel-Lauch-Kuchen <sup>a1,b,f</sup> auf geschmortem Weißkohl

### Dienstag, 22.09.2020

**Essen 1:** Geschmorte Rinderbrust an Meerrettich-Limetten-Sauce <sup>f</sup>, dazu Schwenkkartoffeln <sup>f</sup> mit frischen Kräutern und Salat

**Essen 2:** Gefüllte Aubergine <sup>f</sup> (rote und gelbe Linsen, Feta, Koriander und Petersilie) mit Kräuterquark <sup>f</sup>

### Mittwoch\*, 23.09.2020

**Essen 2:** „Pizza-Tag“ – Pizza Calzone <sup>a1,f,4,5,6</sup> (Paprika, Puten-/Rindersalami), Pizza Mozzarella <sup>a1,f</sup>, Pizza Hawaii <sup>a1,f,4,5,6</sup> (Ananas, Putenkochschinken)

### Donnerstag, 24.09.2020

**Essen 1:** Gebratenes Seelachsfilet <sup>a1,c</sup> mit Champignon-Zwiebel-Gemüse und Kartoffel-Kohlrabi-Gratin <sup>f</sup>

**Essen 2:** Gebrillte Gemüsespieße auf Kräuterreis, Tomatensugo <sup>h</sup>, dazu Salat

### Freitag, 25.09.2020

**Essen 1:** Gemüseragout mit Putenbrust und karamellisierten Möhrenstreifen auf Vollkornpenne <sup>a1</sup>

**Essen 2:** Kartoffelrösti mit Humus <sup>j</sup> (Kichererbsen, Sesam) an arabischer Gemüsepfanne

**Preise: Essen 1: 3,90 €, Essen 2: 3,60 €**

\*mittwochs gibt es keine reguläre Pause, daher wird nur ein warmes Essen zum Preis von 3,60 € angeboten

Änderungen vorbehalten!

#### Zusatzstoffe

[1] mit Farbstoff [2] mit Süßungsmittel(n) [3] mit Geschmacksverstärker [4] mit Antioxidationsmittel [5] mit Konservierungsstoff [6] mit Phosphat [7] gewachst [8] geschwefelt [9] geschwärzt [10] enthält Phenylalaninquelle

#### Allergene

[a] Gluten (a1 Weizen, a2 Gerste, a3 Roggen, a4 Hafer, a5 Dinkel, a6 Kamut oder Hybridstämme davon)  
[b] Eier [c] Fisch [d] Erdnüsse [e] Soja [f] Milch (inkl. Laktose) [g] Schalenfrüchte (g1 Mandeln, g2 Haselnuss, g3 Walnuss, g4 Kaschunuss, g5 Pecannuss, g6 Paranuss, g7 Pistazie, g8 Macadamianuss) [h] Sellerie  
[i] Senf [j] Sesamsamen [k] Schwefeldioxid/ Sulfite [l] Süßlupinen/ Lupinenerzeugnisse [m] Weichtiere [n] Krebstiere

**Öffnungszeiten: schultäglich von 7.30 – 14.30 Uhr**