











Wir  
machen  
Zukunft.

# Speiseplan

Mensa am Kinderzentrum Wentorf  
07.10.2024-11.10.2024

... miteinander

	Essen 1	Essen 2	Dessert
<b>Montag</b>	gebratene Hähnchenbrust Mais-Gemüse  Kartoffeln Bratensoße	Kartoffelsuppe (Kartoffeln,Möhren, Sellerie,Lauch) <b>(G,L)</b>  Vollkornbrötchen <b>(G)</b> Eisbergsalat mit Joghurtdressing <b>(C,G)</b>	Obst
<b>Dienstag</b>	Geschnetzeltes <b>(C)</b> (vegetarisch) in  Kräutersoße mit Fingermöhren Kartoffeln gem. Salat(Eisberg,Mais, Tomate)Jog.Dressing <b>(C,G)</b>	Brokkoli-Blumenkohl Gemüse  Reis helle Soße	Heidelbeerjoghurt <b>(G)</b>
<b>Mittwoch</b>	Putengyros mit Reis Weiskrautsalat <b>(3,6)</b>  Tatziki <b>(G)</b>	Vollkorn Gemüsebratling <b>(A,L)</b> (Blumenkohl, Sellerie,Lauch,Erbsen,Karotten  Kohlrabi in Rahmsoße Salzkartoffeln	Obst
<b>Donnerstag</b>	Möhren-Kartoffelauflauf <b>(C,G)</b> (Möhren -Kartoffeln )  Sahnesoße	Fischstäbchen ( Msc )Alaska Seelachs <b>(A,D)</b>  Erbsen und Möhren Kartoffelpüree <b>(G)</b> helle Soße	Bananenquark <b>(G)</b>
<b>Freitag</b>	Pfannkuchen <b>(A)</b> mit Apfelmus <b>(3)</b>  Zimt und Zucker Gurken-Rohkost	Hokifilet gedünstet <b>(D)</b> Dampfkartoffeln Dillsoße  Gurkensalat Gurke,Zwiebeln,Essig,Öl)	Obst

**Zusatzstoffkennzeichnung:** 1=mit Konservierungsstoff, 2=mit Geschmacksverstärker, 3=mit Antioxidationsmittel, 4 =mit Farbstoff, 5=mit Phosphat, 6=mit Süßungsmittel, 7=koffeinhaltig, 8=Chinin haltig, 9=geschwärzt, 10=enthält Phenylalaninquelle

Ein ovo-lacto-vegetarisches Gericht ist täglich im Angebot bitte sprechen Sie uns an .Wir helfen ihnen dann weiter.

Änderung vorbehalten!

A= Gluten, B= Krebstiere, C= Eier, D= Fisch, E= Erdnüsse, F= Soja, G= Kuhmilch,H= Schalenfrüchte,  
L= Sellerie, M= Senf, N= Sesamsamen, O= Schwefeloxid und Sulfite, P= Lupinen, R= Weichtiere