











Wir
machen
Zukunft.

Speiseplan

Mensa am Kinderzentrum Wentorf
23.09.2024-27.09.2024

... miteinander

	Essen 1	Essen 2	Dessert
Montag	Makkaroni (A) Käsesoße (A,G) mit geräuerter Putenbrust  gem. Salat (Eisberg, Paprika, Joghurtdressing (C,G)	Kartoffelspalten mit Kräuterquark (G)  Rohkost (Gurkenscheiben und Möhren)	Obst
Dienstag	Schollenfilet Gebraten (A,D)  Salzkartoffeln Dill Soße Gurkensalat	 bunte veg. Tortellini (Möhren,Paprika,Spinat) (A,G) Gemüsesoße (Karotten,Poree,Sellerie) (L) gem. Salat(Eisberg,Tomate,Gurke) Joghurtdressing (C,G)	Pfirsichjoghurt (G)
Mittwoch	gefüllte Soja-Gouda-Tasche(4) (A,F)  Mais und Möhren Reis heller Soße	 Putenstreifen gebraten Spinat Kartoffeln Heller Soße (Veloute)	Obst
Donnerstag	 Cevapcici (A) Tomatensoße Reis Krautsalat (3,6)	 Bunte- Gemüse-Reispfanne (Karottenscheiben,Mais, Zucchiniwürfel,Kichererbsen) Eisbergsalat mit Joghurtdressing (C,G)	Brombeerquark (G)
Freitag	 Kartoffelpuffer (A,C) Apfelmus (3) Zucker und Zimt, gem. Salat (Eisberg,Tomate,Gurke) Joghurtdr. (C,G)	 Lachsfilet gedünstet (D) Dampfkartoffeln Kräutersoße gem. Salat(Eisberg,Tomate,Gurke) (C,G)	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