

MENÜPLAN HEINRICH-NORDHOFF-GESAMTSCHULE

für die Woche vom 04.11.2019 - 08.11.2019

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Hauptkomponenten Normalkost	Hähnchenbrust Gebackene Hähnchenfilets A	Hühnerfrikassee G A Landhauspfanne mit Geflügelbällchen A C G	Rinderfrikadelle A C Geflügelfrikadelle	Hähnchenschnitzel A Würstchengulasch mit Tomatensauce I 4 5 2	Lasagne Bolognese A G F I Chicken Nuggets A 4
Hauptkomponenten Vegetarisch	Valess-Schnitzel A C G 4 Nudel-Gemüse-Gratin A G	Gemüsepfanne mit Feta G Milchreis mit Zimt und Zucker G	Gemüseschnitzel A Tortellini mit Käsefüllung A G C	Gemüsebratling A Vegetarische Würstchen mit Tomatensauce A C F I 1	Lasagne mit Gemüse A G I Vegane Bällchen mit Gemüse A F I
Sättigungs- beilagen	Kartoffel-Wedges A Hirse, gedämpft G	Reis, mit Vollkorn gemischt G Kräuterkartoffeln G	Spätzle G C A Quinoa G	Kartoffelstampf G Bulgur G	Ofen-Pommes Reis, gemischt G
Gemüse- beilagen	Chinakohl aus dem WOK G Blumenkohl G	Rosenkohl G Kürbis-Sellerie-Gemüse G	Honigmöhren G Brokkoli G	Erb sengemüse G Kaisergemüse G	Champignon-Gemüse Rustikales Möhrengemüse G
Saucen	Tomaten-Basilikum-Sauce I Zwiebelsauce A Asia-Mango-Dip	Creme-Fraiche-Sauce G Gemüsesauce G	Käsesauce G Bratenrahmsauce G	Bratensauce A Tomatenrahmsauce G I	Kräuterrahm G Ketchupdip I

Zusatzstoffe

- 1 mit Farbstoff
- 1a geschwärzt
- 2 Konservierungsstoff
- 3 geschwefelt
- 4 mit Phosphat
- 5 mit Antioxidationsmittel
- 6 mit Geschmacksverstärker
- 7 gewachst

- 8 mit Süßungsmitteln
- 8a enthält eine Phenylalaninquelle
- 8b kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken
- 9 koffeinhaltig
- 10 chininhaltig

- 11 unter Schutzatmosphäre verpackt



Rind



Vegan



Geflügel



Fisch

Allergene

(Spuren durch Kreuzkontaminationen können nicht ausgeschlossen werden)

- A Enthält glutenhaltiges Getreide*
- B Enthält Krebstiere*
- C Enthält Eier*
- D Enthält Fisch*
- E Enthält Erdnüsse*
- F Enthält Soja*
- G Enthält Milch*
- H Enthält Schalenfrüchte/Nüsse*
- I Enthält Sellerie*

- J Enthält Senf*
- K Enthält Sesam*
- L Enthält Schwefeldioxid/Sulfit*
- M Enthält Lupine*
- N Enthält Weichtiere*
*oder Erzeugnisse daraus