

Speiseplan Mensa Ellerau

Instagram: mensa.ellerau

Tag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Datum	6. Okt 25	7. Okt 25	8. Okt 25	9. Okt 25	10. Okt 25
Reguläres Tagesgericht Menü 1	Spaghetti mit grünem Pesto und Parmesankäse	Kartoffeltortilla dazu Sandwichgurke	Lachs mit Reis dazu Buttersoße und Brokkoli	Rinderhacksteak in Soße dazu Salzkartoffeln und grüner Salat mit Tomaten	Rahmfladen mit Mozzarellakäse
	Paprikasticks	Brownies		Weintrauben	Pflaume
Allergene und Zusatzstoffe, kcal pro Portion Primarstufe / 4-6 Jahre	A1,D,B,K4,2 350g, 660 kcal 290g, 549 kcal	A1,B,D,1 345g, 506 kcal 285g, ,469 kcal	A1,C,D 365g, 434 kcal 285g, 323 kcal	A1,B,D,H,J 350g, 389 kcal 300g, 321 kcal	A1,D,G 215g, 369 kcal 215g, 369 kcal
Menü 1 ist nicht geeignet für folgende Ernährungsbesonderheiten, die an diesem Tag ein Alternativ- Menü erhalten	ohne Milch Vegetarisch	Vegetarisch	ohne Milch Vegetarisch	ohne Milch Vegetarisch	ohne Milch

Das tägliche Alternativmenü wird tagesaktuell im Speisesaal ausgehängt

Änderungen am Speiseplan sind möglich, in diesem Fall werden die tagesaktuellen Allergene/ Zusatzstoffe im Speisesaal ausgehängt

Zusatzstoffe : 1 = Farbstoff, 2 = Konservierungsstoff, 3 = Antioxidationsmittel, 4 = Phosphat, 5= geschwefelt, 6= geschwärzt, 7= gewachst, 8= mit Nitritpökelsalz
9= mit Geschmacksverstärker 10= Süßungsmittel

Allergene : A =Glutenhaltiges Getreide, A1 Weizen/Dinkel, A2 Roggen, A3 Hafer, A4 Gerste, sowie Erzeugnisse daraus

B = Eier und Eiererzeugnisse, C = Fisch und Fischerzeugnisse, D = Milch und Milcherzeugnisse, E = Sojabohnen und Sojabohnenerzeugnisse,

F = Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse, G = Sellerie und Sellerieerzeugnisse, H =Senf und Senferzeugnisse, I =Sesamsamen und Sesamerzeugnisse,

J= Schwefeldioxid und Sulfite, K= Schalenfrüchte und Schalenfrüchterzeugnisse, K1 Mandeln, K2 Haselnüsse, K3 Walnüsse, K4 Cashew-Nuss,

K5 Pecanüsse, K7 Paranüsse, K8 Pistazien sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, alle Speisen können Spuren dieser Allergene enthalten

Die Kalorienangabe entspricht einer Portion der Primarstufe und enthält keine Nährwertkennzeichnung im Sinne der LMIV Verordnung