

Mensa Esterwegen



Woche: 2		Menü:	Alternativ-Menü:	Dessert:
Montag	07.01.2019	Hühnerfrikassee(d,f) mit Spargel und Pilzen Glassierte Möhren (d) Risi Bisi Reis	Gemüseragout (d,f) mit Spargel und Pilzen Glasierte Möhren (d) Risi Bisi Reis	Vanillepudding (d) Schokoladensauce(d)
Dienstag	08.01.2019	Linseneintopf (e,g) Mettwurst(3,4,7,11,15) Weizenbrötchen	Vegetarischer Gemüseintopf (e,g) Weizenbrötchen	Milchreis mit Zimt und Zucker
Mittwoch	09.01.2019	Currywurst (2,4,7,11e,g) Currysauce Kartoffelecken Gemischter Salat Essig-Öl Dressing	Vegetarische Bratwurst Currysauce Kartoffelecken Gemischter Salat Essig-Öl Dressing (g)	Pflaumenjoghurt (d)
Donnerstag	10.01.2019	Gyros mit Zwiebeln Zaziki (d) Reis Krautsalat	Tofu-Gyros mit Zwiebeln Zaziki (d) Reis Krautsalat	Quarkspeise (d) mit Blaubeeren

1) mit Farbstoff, 2) mit Konservierungsstoff, 3) mit Antioxidationsmittel,
 4) mit Geschmacksverstärker, 5) geschwefelt, 6) geschwärzt,
 7) mit Phosphat, 8) mit Milcheiweiß, 9) koffeinhaltig, 10) chininhaltig,
 11) mit Süßungsmittel, 12) gewachst, 13) enthält eine Phenylalininquelle,
 14) mit Taurin, 15) mit Nitritpökelsalz



Mensa Esterwegen



Woche: 03		Menü:	Alternativ-Menü:	Dessert:
Montag	14.01.2019	Hähnchenschnitzel ((a,f) Paprikarahmsauce (d,f) Reis Apfel-Karottensalat	Gemüseschnitzel Paprikarahmsauce (d,f) Reis Apfel-Karottensalat	Qurakspeise (d) mit Waldbeeren
Dienstag	15.01.2019	Schweinegulasch (f) Apfel-Rotkohl Nudeln (a,f)	Kartoffelreibekuchen (a,f) Apfelmus	Zitronenpudding (d)
Mittwoch	16.01.2019	Weißkohleintopf (e,g) mit Hackfleisch und Weizenbrötchen	Vegetarischer Gemüseintopf (e,g) Weizenbrötchen	Joghurtspeise (d) mit Ananas
Donnerstag	17.01.2019	Seelachsfilet in Eihülle (a,f,h) Dillsauce (d,f) Kartoffelpüree (d) Gurkensalat (d)	Gemüsefrikadelle (a,e,f) Dillsauce (d,f) Kartoffelpüree (d) Guirkensalat (d)	Karamelpudding (d)

1) mit Farbstoff, 2) mit Konservierungsstoff, 3) mit Antioxidationsmittel,
 4) mit Geschmacksverstärker, 5) geschwefelt, 6) geschwärzt,
 7) mit Phosphat, 8) mit Milcheiweiß, 9) koffeinhaltig, 10) chininhaltig,
 11) mit Süßungsmittel, 12) gewachst, 13) enthält eine Phenylalininquelle,
 14) mit Taurin, 15) mit Nitritpökelsalz



Mensa Esterwegen



Woche: 04		Menü:	Alternativ-Menü:	Dessert:
Montag	21.01.2019	Spaghetti "Bolognese" (a,f) Hackfleischsauce Bunter Eisbergsalat Joghurtdressing (d)	Vollkornspaghetti (a,f) Tomatensauce Bunter Eisbergsalat Joghurtdressing (d)	Mandarinenquark
Dienstag	22.01.2019	Hähnchengeschnetzeltes (d,f) mit Champignons und Zwiebeln Spätzle (a,f) Gurkensalat (d)	Gemüse-Spätzleauflauf mit Bechamelsauce (d,f) und Käse überbacken	Frisches Obst
Mittwoch	23.01.2019	Rinderbraten Bratensauce (f) Rosenkohl mit Speck und Zwiebeln (d) Kartoffeln	Valesschnitzel (c,f) Kräuterrahmsauce (d,f) Rosenkohl (d) Kartoffeln	Grießpudding (d)
Donnerstag	24.01.2019	Erbseintopf (e,g) Bockwurst (3,4,7,11,15) Weizenbrötchen	Vegetarischer Gemüseintopf (e,g) Weizenbrötchen	Joghurtspeise (d) mit Birnenkompott

1) mit Farbstoff, 2) mit Konservierungsstoff, 3) mit Antioxidationsmittel,
 4) mit Geschmacksverstärker, 5) geschwefelt, 6) geschwärzt,
 7) mit Phosphat, 8) mit Milcheiweiß, 9) koffeinhaltig, 10) chininhaltig,
 11) mit Süßungsmittel, 12) gewachst, 13) enthält eine Phenylalininquelle,
 14) mit Taurin, 15) mit Nitritpökelsalz

