




Martin-Niemöller-Gesamtschule

	Menü A/ Buffet		Menü B1/B2		Menü C	Menü D
Montag	Smart-Eating Buffet mit Menübar (Tagesgericht): Köttbular ^{8, E, G1, Sn} (Schwedische Hackbällchen) in Rahmsauce ^{9, 1, M} BIO -Kartoffeln ¹⁰ Grünkohleintopf ⁹ (mit BIO -Kartoffeln) mit Schweinemettendchen ^{2, 5}					
Dienstag	Bunte Blattsalate mit Cocktaildressing ^{2, 8, E, G1, M, Sn} Seelachsfilet (paniert) ^{1, F, G1, M} mit Senfsoße ^{9, G1, M, Sn} BIO -Kartoffeln ¹⁰ Obstquark ^K mit Kirschen		Bunte Blattsalate mit Cocktaildressing ^{2, 8, E, G1, M, Sn} Nudelaufauf „Jäger Art“ ^{4, 2, G1, M} (mit Champignons) B1: vegetarisch B2: mit Rinderhack Obstquark ^K mit Kirschen		1 Brötchen ^{G1} Salatbuffet ^{2, 8, E, G1, M, Sn} Obstquark ^M mit Kirschen	Bunte Blattsalate mit Cocktaildressing ^{2, 8, E, G1, M, Sn} Nudelbar ^{G1, M} Obstquark ^M mit Kirschen
Mittwoch	Smart-Eating Buffet mit Menübar (Tagesgericht): Kichererbsenbratling ^{5, 8, E, G1, G5, M, Sn} oder Putenroulade ^{3, G1, S, Sn} mit Gemüsefüllung (Möhre, Sellerie, Porree) mit Soße ^{9, G1, Sn} Naturreis					
Donnerstag	Smart-Eating Buffet mit Menübar (Tagesgericht): Gemüsegulasch oder Rindergulasch „Ungarisch“ ^{4, G1} mit frischer Paprika BIO -Kartoffeln ¹⁰					
Freitag	Buttermöhren ² Hähnchenschnitzel ^{G1} (paniert) mit fruchtiger Currysoße ^{G1, M} (mit Pfirsich und Banane) BIO -Kartoffeln ¹⁰ Frischobst ^D		Mischsalat ^{2, 8, E, G1, M, Sn} (Eisbergsalat, Gurke, Möhre, etc.) Bandnudeln ^{G1} mit Pilz-Kräuter-Bolognese Frischobst ^D		1 Brötchen ^{G1} Salatbuffet ^{2, 8, E, G1, M, Sn} Frischobst ^D	Mischsalat ^{2, 8, E, G1, M, Sn} (Eisbergsalat, Gurke, Möhre, etc.) Nudelbar ^{G1, M} Frischobst ^D

vollw = vollwertig, 2= Farbstoffe, 3= Konservierungsstoffe, 4 = Nitritpökelsalz, 5 = Antioxidationsmittel, 6 = geschwärzt, 7= Phosphat, 8= Süßungsmittel, E = Erdnuss, Ei = Ei, F = Fisch, G = Glutenhaltiges Getreide, G1= Weizen, G2 = Roggen, G3 = Gerste, G4 = Grünkern, G5 = Hafer, G6 = Dinkel, K = Krebstiere, M = Milch/Laktose, N = Schalenfrüchte, N1 = Mandeln, N2 = Haselnüsse, N3 = Walnüsse, N4 = Cashewnüsse, S = Sellerie, Se = Sesam, Sj = Soja, Sn = Senf, Sw = geschwefelt, R = Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika, O = täglich und saisonal wechselnd
Da bei der Produktion alle 14 Hauptallergene verwendet werden, kann eine Kreuzkontamination nicht ausgeschlossen werden.

