





Martin-Niemöller-Gesamtschule

	Menü A/ Buffet		Menü B1/B2		Menü C	Menü D
Montag	Smart-Eating Buffet mit Menübar (Tagesgericht): Cevapcici ^{E,G1,M,Sn} mit Balkansoße ^{B,G1} Reis					
Dienstag	Mediterraner Bohnensalat ^{5,8,M,Sn} (grüne Bohnen, Tomaten und Paprika) Fleischtopf ^{G1,M} mit Geflügelbruststeifen, Zwiebeln und Paprika Nudeln ^{G1} Fruit Crumble Cake (Beerengrütze mit Keks ^{G1})		Mediterraner Bohnensalat ^{5,8,M,Sn} (grüne Bohnen, Tomaten und Paprika) Erdnuss-Getreidepuffer ^{E,E,G1,G4,G5} mit würzigem Quarkdip ^M Reis Fruit Crumble Cake (Beerengrütze mit Keks ^{G1})		1 Brötchen ^{G1} Salatbuffet ^{2,3,B,E,G1,M,Sn} Fruit Crumble Cake (Beerengrütze mit Keks ^{G1})	Mediterraner Bohnensalat ^{5,8,M,Sn} (grüne Bohnen, Tomaten und Paprika) Nudelbar ^{G1,M} Fruit Crumble Cake (Beerengrütze mit Keks ^{G1})
Mittwoch	Smart-Eating Buffet mit Menübar (Tagesgericht): Bohnenkopf ^{G1} mit Tomate, Paprika dazu Reis mit Geflügelbruststreifen					
Donnerstag	Smart-Eating Buffet mit Menübar (Tagesgericht): Rotkohl ⁵ Frische grobe Bratwurst ^{5,8,Sn} oder Veg. Bratwurst ^{E,G1,8,Sn} mit Soße ^{G1} BIO-Kartoffeln ^{EO}					
Freitag	Salat „nicoise“ ^{4,5,8,E,Sn} mit Eisbergsalat, Gurke, gek. Ei, Tomaten, Bohnen und Oliven Fischnuggets ^{E,G1,M,Sn} (Seelachs) mit Senfsoße ^{B,G1,M,Sn} BIO-Kartoffeln ^{EO} Frischobst ³		Salat „nicoise“ ^{4,5,8,E,Sn} mit Eisbergsalat, Gurke, gek. Ei, Tomaten, Bohnen und Oliven Gratinierte Aubergine mit Hirtenkäse ^M und Tomatensoße ^{G1} Naturreis Frischobst ³		1 Brötchen ^{G1} Salatbuffet ^{2,3,B,E,G1,M,Sn} Frischobst ³	Salat „nicoise“ ^{4,5,8,E,Sn} mit Eisbergsalat, Gurke, gek. Ei, Tomaten, Bohnen und Oliven Nudelbar ^{G1,M} Frischobst ³

vollv = 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.

