

Änderungen Vorbehalten

| | 11. Dez | 12. Dez | 13. Dez | 14. Dez | 15. Dez |
|-----------------------|--------------------------------|--|--------------------------------|--|--|
| | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
| Salat | Feldsalat | Krautsalat | Reissalat | Spitzkohlsalat | Salatmix |
| | 0 | J,M | 0 | M | 0 |
| Vegetarisch/ Vegan | Brokkolisuppe mit Vollkornbrot | Kartoffelpuffer mit Apfel-Zwiebel-Kompott und Sauerrahm | Gemüseglasch mit Nudeln | Risotto mit Kräutern und gebratenen Pilzen | Spitzkohlroulade mit Couscous und Frischkäsesoße |
| | B | H | M | H | B,H |
| Fleisch | Nudelauflauf mit buntem Gemüse | Schweinenackensteak mit Kräuterbutter, Romanesco und Ofenkartoffel | Kartoffeleintopf mit Würstchen | Buntes Linsenragout mit Tomate und Bulgur | Lachsfilet mit Möhren und Zitronenreis |
| | B,H | H,J,M | M | J,M | D |
| Dessert | Vanillejoghurt | Kirschpudding | Spekulatiuscreme | Lebkuchen | Smoothie |
| | H | B,H | B,H | A,B,H | 0 |

Allergene:

- | | |
|----------------------------|--------------------------|
| A) Eier und Eierzeugnisse | H) Milch-Erzeugnisse |
| B) glutenhaltiges Getreide | I) Schalenfrüchte |
| C) Lupine-Erzeugnisse | J) Senf-Erzeugnisse |
| D) Fisch-Erzeugnisse | K) Soja-Erzeugnisse |
| E) Sesamsamen-Erzeugnisse | L) Schwefeldioxid/Sulfit |
| F) Krebstiere-Erzeugnisse | M) Sellerie-Erzeugnisse |
| G) Erdnüsse-Erzeugnisse | |

Buchung bis 08:00Uhr am Ausgabetag.

Kontakt über SchoolFox : Mensa

E-Mail: mensa@musikgymnasium.de

Telefon: 02602 /13498-211