

# Speiseplan - Mensa Gymnasium/Realschule Feudenheim

**KW 02**

**10.-14.01.2022**

	<b>Fleisch</b>	<b>Vegetarisch</b>	<b>Vorspeise / Dessert</b>
Montag	Elsässer Flammkuchen (Speck, Käse, Zwiebeln) (GIW,Gl,Mi,Ei,)	Flammkuchen mit Rucola, Schafskäse, Tomaten (GIW,Gl,Mi,Ei,Veg)	Muffins <sup>(GL,GIW,Veg)</sup>
Dienstag	Spaghetti Bolognese mit Hackfleisch und ital. Hartkäse <sup>(H,Sl,GIW,Gl,S,R)</sup>	Spaghetti mit Tomatensauce und Mozzarella <sup>(H,Sl,GIW,Gl,Veg)</sup>	Schokopudding <sup>(Mi, Veg)</sup>
Mittwoch	Gnocchi mit Hähnchenstreifen und Tomatensauce, <sup>(H,Sl,GIW,Gl,G)</sup>	Gnocchi mit Tomatensauce und Paprika-Gemüse <sup>(H,,GIW,Gl,G)</sup>	Obstsalat mit Joghurt <sup>(Mi,Veg)</sup>
Donnerstag	Lasagne mit Hackfleischsoße und mit Käse überbacken (GIW,Gl,Mi,Ei,S,R)	Lasagne mit Gemüse und mit Käse überbacken (GIW,Gl,Mi,Ei,Veg)	Donut <sup>(GL,GIW,Veg)</sup>
Freitag	Quiche mit Lachs und Spinat <sup>(GIW,Gl,Mi,Fi,)</sup>	Vegetarische Quiche (GIW,Gl,Mi,Veg)	Obstsalat <sup>(Vga)</sup>

Änderungen vorbehalten

# Speiseplan - Mensa Gymnasium/Realschule Feudenheim

**KW 03**

**17.-21.01.2022**

	<b>Fleisch</b>	<b>Vegetarisch</b>	<b>Vorspeise / Dessert</b>
Montag	Chili con Carne, Käse, Reis (Sl,GIW,Gl,R,S,Mi)	Chili sin Carne, Käse, Reis (GIW,Gl,R,S,Mi),	Hausgemachter Kuchen (GL,GIW,Veg)
Dienstag	Gyros, Tzatziki, Gemüsereis (S,Mi,Veg)	1/2 Paprika Gemüse- Schafkäsefüllung und Gemüsereis (2,9,Mi,GlD,Veg)	Obst (Vga)
Mittwoch	Hähnchen Cordon Bleu (13,GIW,Gl,Ei,G), Bratsoße (1,Sl,GIW,Gl,So,R,16), Kartoffelpürre (GIW,Gl,Mi)	Kartoffelsuppe (Sl,Vga), Dampfnudel (GIW,Gl,Mi,Ei,Veg),	Obstsalat (Vga)
Donnerstag	Schwäbische Käsespätzle Zwiebelschmelze, Bacon, (Sl,GIW,Gl,Mi,So,Ei),	Schwäbische Käsespätzle Zwiebelschmelze, (GIW,Gl,Mi,So,Ei,Veg)	Salat (Vga)
Freitag	Flammkuchen mit Lachs, Käse, Tomaten (GIW,Gl,Mi,Ei)	Flammkuchen mit Camembert, Tomaten, Walnüsse (GIW,Gl,Mi,Ei,Veg)	Donut (Vga)

Änderungen vorbehalten

# Speiseplan - Mensa Gymnasium/Realschule Feudenheim

**KW 04**

**24.-28.01.2022**

	<b>Fleisch</b>	<b>Vegetarisch</b>	<b>Vorspeise / Dessert</b>
Montag	Wok-Gemüse mit Hähnchenfleisch und Asiagemüse und Reis Koriander (GIW,Gl,So,Sl,)	Wok-Gemüse mit Asiagemüse und Reis Koriander (GIW,Gl,So,Sl,)	Kuchen (GL,GIW,Veg)
Dienstag	Hackfleischbällchen mit Tomatensauce (Ei,S,R,)	Gemüsebällchen mit Tomatensauce (Ei,Veg)	Obstsalat mit Joghurt (Mi, Veg)
Mittwoch	Nudel-Schinken-Käse-Auflauf (H,Sl,GIW,Gl,G)	Nudel-Gemüse-Käse-Auflauf (GIW,Gl,Mi,Ei, Veg,)	Salat (Vga)
Donnerstag	Gnocchi mit hausgemachter Paprikasauce und Hähnchenstreifen (H,Sl,GIW,Gl,G)	Gnocchi mit hausgemachter Paprikasauce mit Gemüse ((Sl,GIW,Gl,SVeg)	Vanillepudding mit (Mi,Veg)
Freitag	Gebackenes Fischfilet mit Remoulade und Kartoffelecken (Fi,GIW,Gl,Mi, Veg)	Gebackene Bratlinge mit Remoulade und Kartoffelecken (GIW,Gl,Mi, Veg,)	Muffins (GL,GIW,Veg)

Änderungen vorbehalten

# Speiseplan - Mensa Gymnasium/Realschule Feudenheim

KW 05

31.01.-04.02.2022

	Fleisch	Vegetarisch	Vorspeise / Dessert
Montag	Rindswurst gebraten (2,3,8,9,R), Sauerkraut (Vga), Kartoffelstampf (Sl,GIW,Gl,Mi,Veg),	Vegane Wurst gebraten mit Sauerkraut und Kartoffelstampf (Sl,GIW,Gl,Mi,Veg),	Kuchen (GL,GIW,Veg)
Dienstag	Linsengemüse mit Spätzle und Wienerle (GIW,Gl,G)	Linsengemüse mit Spätzle vegane Wienerle (GIW,Gl,Veg)	Ein Apfel (Vga)
Mittwoch	Überbackene Maultaschen mit Käse und Gemüse (GIW,Gl,S)	Überbackene Maultaschen mit Käse und Gemüse (GIW,Gl,Veg)	Gem. Salat (Vga)
Donnerstag	Tortellini mit Schinken-Sahne Sauce (GIW,Gl,)	Käse-Tortellini mit Zucchini und Tomaten (GIW,Gl,Veg)	Obstsalat (Vga)
Freitag	Fischstäbchen mit Remoulade und hausgemachten Kartoffelsalat (Fi,GIW,Gl,Mi,Veg)	Gebackene Bratlinge mit Remoulade und hausgemachten Kartoffelsalat (GIW,Gl,Mi,Veg),	Donut (GL,GIW,Veg)

Änderungen vorbehalten

**Kennzeichen:** <sup>1</sup>Farbstoff <sup>2</sup>Konservierungsstoff <sup>3</sup>Antioxidationsmittel <sup>4</sup>mit Geschmacksverstärker <sup>5</sup>geschwefelt <sup>6</sup>geschwärzt <sup>7</sup>gewachst <sup>8</sup>Phosphat <sup>9</sup>Säuerungsmittel <sup>10</sup>Phenylalaninquelle <sup>11</sup>Taurin <sup>12</sup>mit Süßmitteln <sup>13</sup>Natriumnitrit <sup>14</sup>Kakaohaltige Fettglasur <sup>15</sup>koffeinhaltig <sup>16</sup>Alkohol <sup>17</sup>Jodsalz <sup>Sw</sup>Schwefeldioxid Sulfid **Allergen:** <sup>Ei</sup>Ei <sup>En</sup>Erdnüsse <sup>GI</sup>Gerste <sup>Gl</sup>Glutenhaltiges Getreide <sup>GlD</sup>Dinkel <sup>GIH</sup>Hafer <sup>GIW</sup>Weizen <sup>Kr</sup>Krebstiere <sup>Lu</sup>Lupinen <sup>Mi</sup>Milch/Laktose <sup>Sc</sup>Schalenfrüchte <sup>ScC</sup>Cashewnüsse <sup>ScH</sup>Haselnüsse <sup>ScM</sup>Mandeln <sup>ScP</sup>Pistazien <sup>ScW</sup>Walnüsse <sup>Se</sup>Sesam <sup>Sf</sup>Senf <sup>Sl</sup>Sellerie <sup>So</sup>Soja **Sonstiges:** <sup>Bio</sup>Bio <sup>Fi</sup>Fisch <sup>G</sup>Geflügel <sup>Lam</sup>Lamm <sup>Me</sup>Meeresfrüchte <sup>R</sup>Rind <sup>S</sup>Schweinefleisch <sup>Veg</sup>Vegetarisch <sup>Vga</sup>Vegan <sup>W</sup>Wild <sup>Wt</sup>Weichtiere

Damit wir planen können, ist für den Mittagstisch bitte eine Voranmeldung notwendig, die mindestens zwei Woche zuvor erfolgt. Es wird dabei der Mittagstisch für einen Zeitraum von vier Wochen gebucht, in welchem frei entschieden werden kann, an welchen Tagen gegessen wird. Es kann also beispielweise in der ersten Woche am Montag, in der zweiten Woche am Mittwoch, in der dritten Woche täglich und in der vierten Woche gar kein Essen gebucht werden.

Die Anmeldung kann über die E-Mail-Adresse [mittagstisch@cafe-mara.de](mailto:mittagstisch@cafe-mara.de) erfolgen. Sie ist nach Überweisung des Rechnungsbetrages (Mara Lovric, DE54 6535 1260 0024 3874 00, SOLADE51BAL, Sparkasse Zollernalb) abgeschlossen. Ein Rücktritt ist nicht möglich.

In der Cafeteria gelten die Gaststättenverordnung der Stadt Mannheim sowie die Corona-Maßnahmen des Feudenheim Schulen.