

MARIENHÖHER MENSA

MITTAGSTISCH

		SCHÜLER	GÄSTE
TÄGLICH	Tagessuppe Salate vom Buffet Tagesdessert		
MONTAG 16.09.2019	Halloumi-Grillkäse, dazu Reis, Tzatziki und bunter Beilagensalat aus der Salattheke (A1, C, G)	3,20 €	4,30 €
	Gemüsestrudel, dazu Gurken-Relish und bunter Beilagensalat aus der Salattheke* (A1)	3,20 €	4,30 €
DIENSTAG 17.09.2019	Soja-Steak, dazu dreierlei Bohnen und Lyoner Kartoffeln (A1, C, F)	3,40 €	4,60 €
	Orientalischer Linseneintopf, dazu Fladenbrot mit Cumin* (A1)	2,90 €	3,80 €
MITTWOCH 18.09.2019	Kartoffel-Blumenkohl-Gratin (G)	2,90 €	3,80 €
	Gegrilltes Gemüse am Spieß auf rotem Ebly, dazu Hummus* (A1)	3,20 €	4,30 €
DONNERSTAG 19.09.2019	Seelachsfilet im Backteig, dazu italienischer Nudelsalat und Remouladensauce (A1, C, D, G)	3,20 €	4,30 €
	Grünkern-Bällchen Köttbullar-Art, dazu Broccoligemüse und Kartoffelpüree* (A1, C, F, G)	3,20 €	4,30 €
FREITAG 20.09.2019	Knusprige Broccoli-Nuss-Ecke, dazu Kartoffelknödel und Vichy-Gemüse (A1, C, G, H)	3,40 €	4,60 €
	Gemüse-Paella*	2,90 €	3,80 €
SAMSTAG 21.09.2019	Marienhöher Tagesgericht für Internatsschüler/-innen Gäste bitte vorher anmelden!	siehe Aushang	
SONNTAG 22.09.2019	Marienhöher Brunch für Internatsschüler/-innen Gäste bitte vorher anmelden!	siehe Aushang	

Änderungen vorbehalten

*VEGAN

Bei Fragen zu den Allergenen
siehe letzte Seite



Schulzentrum Marienhöhe

MARIENHÖHER MENSA

MITTAGSTISCH

		SCHÜLER	GÄSTE
TÄGLICH	Tagessuppe Salate vom Buffet Tagesdessert		
MONTAG 23.09.2019	Champignon-Ragout, dazu Semmelknödel (A1, G)	3,20 €	4,30 €
	Knusprige Schupfnudeln aus der Pfanne mit einem Mix von frischen Gemüsen* (A1)	2,90 €	3,80 €
DIENSTAG 24.09.2019	Soja-Gulasch Szegediner Art, dazu Kartoffelpüree* (A1, G)	2,90 €	3,80 €
	Cappelletti, gefüllt mit Frischkäse, in Basilikumsauce (A1, G)	3,20 €	4,30 €
MITTWOCH 25.09.2019	Gebackenes Fischfilet auf Basmati-Reis, dazu grüne Erbsen und Karotten (A1, C, D, G, J)	3,40 €	4,60 €
	Rührei mit Kartoffeln und Blattspinat (C, G)	2,90 €	3,80 €
DONNERSTAG 26.09.2019	Lasagne Primavera (A1, C, G)	3,20 €	4,30 €
	Vegetarisches Schnitzel, gefüllt mit Tomate, dazu buntes Paprikagemüse in pikanter Sauce und Ebly* (A1, F, I)	3,40 €	4,60 €
FREITAG 27.09.2019	Langes Frühstück von 6:00 bis 11:00 Uhr für Internatsschüler/-innen		
SAMSTAG 28.09.2019	Herbstferien		
SONNTAG 29.09.2019	Das Mensa-Team wünscht schöne Ferien		

Änderungen vorbehalten

*VEGAN

Bei Fragen zu den Allergenen
siehe letzte Seite



Schulzentrum Marienhöhe

Stoffe oder Erzeugnisse, die Allergien oder Unverträglichkeiten auslösen (LMIV Anhang II)

Glutenhaltige Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse	A
Weizen	A1
Roggen	A2
Gerste	A3
Hafer	A4
Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse	C
Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse	D
Erdnüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse	E
Soja	F
Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose)	G
Schalenfrüchte und daraus gewonnene Erzeugnisse	H
Mandeln	H1
Haselnüsse	H2
Walnüsse	H3
Cashewnüsse	H4
Pecannüsse	H5
Paranüsse	H6
Pistazien	H7
Macadamianüsse	H8
Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse	I
Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse	J
Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse	K
Schwefeldioxid und Sulfite > 10 mg/kg oder 10 mg/l	L
Lupinen und daraus gewonnene Erzeugnisse	m
Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse	n