

MARIENHÖHER MENSA

MITTAGSTISCH

MENÜ 5,50 €	Beilagensalat Täglich wechselndes Hauptgericht Täglich wechselndes Dessert Wasser
MONTAG 11.01.2021	Pasta Day (A1) Schokoladenpudding (G)
DIENSTAG 12.01.2021	Schlemmer-Fischfilet aus dem Ofen, dazu Bandnudeln und grüne Erbsen in Rahmsauce (A1, C, D, G, J) Himbeergelee
MITTWOCH 13.01.2021	1. Deftiger Gemüse-Eintopf, dazu Brot* (A1) 2. Veganes Schnitzel, gefüllt mit Tomaten, dazu Salzkartoffeln und Brokkoli in pikanter Sauce (A1, F, I) Vanillepudding (G)
DONNERSTAG 14.01.2021	Gefüllte Paprika an fruchtiger Tomatensauce auf Basmati-Reis, dazu Krautsalat (A1) Obst
FREITAG 15.01.2021	Tortelloni in Tomaten-Basilikum-Sauce* (A1) Kirschenmichel (A1, C, G)
SAMSTAG 16.01.2021	Marienhöher Tagesgericht für Internatsschüler/-innen
SONNTAG 17.01.2021	Marienhöher Tagesgericht für Internatsschüler/-innen

Verbindliche Anmeldung für die darauffolgende Schulwoche bis spätestens Donnerstag, 14:00 Uhr unter info@marienhoehe.de:

Name, Klasse, Tag der gebuchten Mahlzeit, Zeitfenster

Wertmarken für die gebuchten Essen werden bei Frau Schiller an der Information zu Beginn der Schulwoche abgeholt und in der Mensa vorgelegt. Die Abrechnung erfolgt monatlich per separater Rechnung.

Zeitfenster Essensausgabe

1	12:30 – 12:50 Uhr
2	12:55 – 13:15 Uhr
3	13:15 – 13:35 Uhr
4	13:40 – 14:00 Uhr
5	14:00 – 14:20 Uhr

Änderungen vorbehalten

*VEGAN

Bei Fragen zu den Allergenen siehe letzte Seite



Schulzentrum Marienhöhe

MARIENHÖHER MENSA

MITTAGSTISCH

MENÜ 5,50 €	Beilagensalat Täglich wechselndes Hauptgericht Täglich wechselndes Dessert Wasser
MONTAG 18.01.2021	Käsespätzle mit Röstzwiebeln (A1, C, G) Fruchtjoghurt (G)
DIENSTAG 19.01.2021	Samosas mit Sweet Chili Dip und indischem Gewürzreis* (A1, I, J) Kuchen (A1, C, G)
MITTWOCH 20.01.2021	Frühlingsrolle an fruchtiger Currysauce, dazu asiatischer Reis und Gurkensalat (A1, C, F) Obstsalat
DONNERSTAG 21.01.2021	Fischroulade, gefüllt mit Karotten und Zucchini, in Dill-Rahm-Sauce, oder vegetarische Kohlroulade mit Kartoffelpüree (A1, C, D, F, G, I) Obst
FREITAG 22.01.2021	Ofenkartoffel, dazu Quarkdip mit frischen Kräutern (G) Donut (A1, C, G)
SAMSTAG 23.01.2021	Marienhöher Tagesgericht für Internatsschüler/-innen
SONNTAG 24.01.2021	Marienhöher Tagesgericht für Internatsschüler/-innen

Verbindliche Anmeldung für die darauffolgende Schulwoche bis spätestens Donnerstag, 14:00 Uhr unter info@marienhoehe.de:

Name, Klasse, Tag der gebuchten Mahlzeit, Zeitfenster

Wertmarken für die gebuchten Essen werden bei Frau Schiller an der Information zu Beginn der Schulwoche abgeholt und in der Mensa vorgelegt. Die Abrechnung erfolgt monatlich per separater Rechnung.

Zeitfenster Essensausgabe

1	12:30 – 12:50 Uhr
2	12:55 – 13:15 Uhr
3	13:15 – 13:35 Uhr
4	13:40 – 14:00 Uhr
5	14:00 – 14:20 Uhr

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