



Speiseplan: Nowicook auf der Marienhöhe!



Schulzentrum Marienhöhe

KW 12	18.03.2024	19.03.2024	20.03.2024	21.03.2024	22.03.2024
Menü 1 klassisch Nachtisch/Salat inkl.	Gemüse-Ragout mit Penne Rigate dazu Parmesan (1,7)	Brokkoli-Nuss-Ecke mit Currysmand und Kartoffelstampf(1a,3,7,8)	Gebratene Mienudeln mit Sprossen, Thai-Omelette und Gemüse(1,3,6,11)	Gemüse-Schnitzel mit Kochkäse-Sauce und Bratkartoffeln (1,7)	Gefüllte Zucchini mit Couscous, Ziegenkäse und Spitzpaprika (1,7)
Menü 2 vegetarisch Nachtisch/Salat inkl.	Mexikanisches "Chili sin carne" mit Nachos und Pilafreis(1)	Rinderstreifen und Asia-Gemüse in Kokossauce mit Basmatireis (6,11)	Grießbrei mit Pfirsich-Kompott (7,M)	Kürbis-Kartoffelsuppe, Geflügelwiener und Brötchen (1,9)	Rinderhackfleisch-Bällchen mit Gewürzdip und Röstkartoffeln(1,3,E)
Nachtisch/Salat	Täglich wechselnd	Täglich wechselnd	Täglich wechselnd	Täglich wechselnd	Täglich wechselnd

Allergene:

Zusatzstoffe:

1 Glutenhaltiges Getreide: a) Weizen b) Roggen c) Dinkel d) Buchweizen e) Gerste f) Hafer g) Hirse h) Mais i) Reis j) Triticale	2 Krebstiere und Krebserzeugnisse, 3 Eier und -erzeugnisse, 4 Fisch und -erzeugnisse, 5 Erdnüsse und -erzeugnisse, 6 Soja und -erzeugnisse, 7 Milch und -erzeugnisse, 9 Sellerie und -erzeugnisse, 10 Senf und -erzeugnisse, 11 Sesamsamen und -erzeugnisse, 12 Schwefeldioxid + Sulphite 13 Lupine und -erzeugnisse, 14 Weichtiere: Muscheln, Calamari	8 Schalenfrüchte: a) Mandeln, b) Haselnüsse c) Walnüsse d) Kaschunüsse e) Pecannüsse f) Paranüsse g) Pistazien h) Macadamianüsse und Nusserzeugnisse	A mit Farbstoff, B mit Geschmacksverstärker, C geschwefelt, D chininhaltig, E mit Konservierungsstoffen, F mit Phosphat, G mit Süßungsmittel, H gewachst, I mit Antioxidationsmittel, J geschwärzt, K coffeinhaltig, L genetisch verändert, M Fruchtsaft / Fruchtnektar
---	--	---	---

- Änderungen vorbehalten -