Wir kochen täglich frisch und essen in unserer Mensa in der Schule

Bei der Herstellung der Speisen achten auf die einwandfreie Qualität der gelieferten Produkte. Im Ausnahmefall kann es vorkommen, dass der Speiseplan kurzfristig verändert werden muss. Deshalb gilt immer der im SchülerClub sowie in der Mensa aushängende Plan, auf dem auch die möglicherweise vorhandenen Zusatzstoffe aufgelistet sind. Hierfür bitten wir um Verständnis.
Die aufgeführten Suppen, Soßen und Ketchup sowie z. B. Kräuterquark werden von uns hergestellt.
Bei fleischhaltigen Speisen wird immer auch eine vegetarische Alternative angeboten.
Zum Nachmittagsimbiss wird an Schultagen täglich um 15:30 Uhr ein **Obstteller nach Saison** angeboten und tagesaktuell **ergänzt**.
In den Ferien gibt es ein Frühstück aus Cerealien und frischer Milch.

Wunschessen der Viertklässler:

	25.03. - 29.03.Ferien	01.04. - 05.04.Ferien	08.04. - 12.04.Ferien	15.04. - 19.04.
Montag Zusatz am Nachmittag	**Brunch:** mit Rührei, Würstchen, Hackbällchen, Brötchen, Melone, Rohkost Vollkornkekse 1, 7	**Ostermontag**	**Gnocchis** Zitronensauce, Tomatensalat und Vinaigrette Vollkornkekse 1,7,10	**Linsenlasagne** mit Käse überbacken Rohkost Miniberliner 1,3,7,8
Dienstag Zusatz am Nachmittag	**Kräuter-Omelette** mit Salzkartoffeln und Spinat Marmorkuchen 1,3,7	**Hamburger** mit Tomaten, Gurken, Röstzwiebeln, & Rindfleischpaddy, Käse Zwieback mit Marmelade 1 1,7,	**Countrycubes & Blumenkohl in Backteig** mit Currydip &Rohkostsalat Rote Grütze mit Vanillesoße 1,3,7 K	**Gemüsepuffer** mit Kräuterdip & griech. Bauernsalat Joghurt mit Früchten 1,3,7,10
Mittwoch Desserttag Zusatz am Nachmittag	**Gulaschsuppe** Wurzelbrot, Rohkost Fluffies mit Puderzucker NUSS Bretzelchen mit Frischkäse 1,3,7	**Cremige Frühlingssuppe** dazu Kräuterbaguette Rohkost Kirschenmichel Salzgebäck 1,3,7	**Tomaten-Rahm-Suppe** und Ciabatta & Parmesanchips, dazu Rohkost Milchreis mit Erdbeersauce Käseknäcke NÜSSE 1,7,	**WE: Luna, Alexandra, Hanna** **Kürbissuppe** mit Baguette, dazu Gurken- & Blattsalat Profiterol mit Schokosauce NÜSSE Blätterteigstangen 1,7,
Donnerstag Zusatz am Nachmittag	**Kibbeling** mit Pommes und Ketchup Gurken-Tomatensalat Joghurt mit Früchten 1,7,10	**Schlemmerfilet Bordelaise** mit Petersilienkartoffeln, Kräutersauce, Butterkarotten Grissini mit Pesto NÜSSE 1,7,	**Fischstäbchen** dazu Kartoffelpüree und Gurkensticks mit Kräutersalz Kokosbällchen 1,7	**Fischfilet paniert** dazu Reis, mit Estragonsauce und Karotten Käsebrötchen 1,7,
Freitag	**Karfreitag**	**Hähnchengyros** mit Djuvecreis & Krautsalat, Zaziki 7,10	**Valess** mit Kartoffelsalat & Tomatensalat 1,3,7,10	**WE: Marcel** **Chickennuggets, Pommes** mit Gurkensalat 1,7,10

Folgende mögliche Zutaten und Stoffe, die Allergien und Unverträglichkeiten auslösen können, sind am Plan in der Küche vermerkt:
1) Gluten 2) Krebstiere 3) Ei 4) Fisch 5) Erdnüsse 6) Sojabohnen 7) Milch 8) Schalenfrüchte 9) Sellerie 10) Senf 11) Sesamsamen12) Schwefeldioxid/Sulphite, 13) Lupinen 14) Weichtiere
a) mit Farbstoff; b) mit Konservierungsstoff; c) mit Antioxidationsmittel; d) mit Geschmacksverstärker; e) geschwefelt; f) geschwärzt; g) gewachst; h) mit Phosphat;
i) mit Süßungsmitteln; j) enthält eine Phenylalaninquelle; k) mit Zuckerarten und Süßungsmitteln; l) mit Zuckeraustauschstoffen