

Hier sehen Sie **ein Beispiel** für einen Speiseplan einer Schulwoche. Im aktuellen Wochenspeiseplan auf MensaMax finden Sie bei Ihrer Buchung zusätzlich immer die ausgewiesenen Allergene/Zusatzstoffe je Gericht. Bitte beachten Sie die Empfehlungen der DGE.

Juli 2022

Menü	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Vollwert</b>	Paella (Spanisches Reisgericht mit Tintenfisch, Muscheln, Shrimps, Geflügel)  Mandarinen-Schokokuchen, hausgemacht	Maultaschen geröstet (Schwein), Kartoffelsalat  Bananenshake	Vollkornpfannkuchen mit Bio-gemüse (Karotten, Bohnen, Blumenkohl, Erbsen)  Vanillepudding mit Himbeerpüree	Feldsalat mit Kracherle in Balsamico-Dressing  Lasagne al forno (Rinderhack-Tomatensoße, Bechamelsoße) und Käse überbacken	Chicken-Nuggets mit selbst gemachten Süßkartoffelecken  Orangensalat mit Naturjoghurt
<b>Vegetarisch</b>	Broccoli-Nussecke-Schnittlauchcreme, Parboiled Reis  Mandarinen-Schokokuchen, hausgemacht	Gemüsemaultaschen geröstet (Karotten, Erbsen, Lauch)  Bananenshake	Vollkornpfannkuchen mit Bio-gemüse (Karotten, Bohnen, Blumenkohl, Erbsen)  Vanillepudding mit Himbeerpüree	Feldsalat mit Kracherle in Balsamico-Dressing  Lasagne veg. Hack aus der Sonnenblume	Vegane Nuggets auf Sojabasis und selbst gemachten Süßkartoffelecken  Orangensalat mit Naturjoghurt

Änderungen vorbehalten. Einen guten Appetit wünscht das Küchenteam!

Unser Speiseplan entspricht dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“. Er wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) zertifiziert und mit dem

Schule+Essen=Note 1-Logo



1

Schule + Essen = Note

1

ausgezeichnet.“ Zu den angebotenen Speisen werden pro Woche jeweils 2 Portionen Obst, Salat/Rohkost sowie Milchprodukte empfohlen. Die Angebote sind beim Dessert oder Salat entsprechend gekennzeichnet. Das zertifizierte Schule+Essen=Note 1-Angebot beinhaltet die Empfehlung zum Verzehr von einer Portion Fisch pro Woche. Fettreicher Fisch ist mind. 2x innerhalb von 20 Tagen im Angebot. Die DGE empfiehlt Wasser als Getränk zum Essen.