



Bertha-von-Suttner  
Gesamtschule Siegen

# Mensa Speiseplan

| Montag<br>13.01.2024   | Dienstag<br>14.01.2024  | Mittwoch<br>15.01.2024  | Donnerstag<br>16.01.2024  |
|--|---|---|---|
| <b>Auflauf<br/>mit Schupfnudeln<br/>mit Fetakäse<br/>und Tomaten</b> | <b>Lasagne</b><br><small>d,i,Weizen und Gerstengluten</small>           | <b>Frikadelle</b><br><small>i,d,l,Weizengluten</small><br><b>mit Kartoffeln<br/>und<br/>Erbsen und Möhren</b><br><small>i</small> | <b>Germknödel</b><br><small>D-Lactose,g,iW,k,Mandel</small><br><b>mit Vanillesoße</b><br><small>d</small> |
| <b>Vegetarisch</b>   | <b>Vegetarisch</b>  | <b>Vegetarisch</b>  | <b>Vegetarisch</b>  |
| <b>Auflauf<br/>mit Schupfnudeln<br/>mit Fetakäse<br/>und Tomaten</b> | <b>Gemüselasagne</b><br><small>d,i,Weizen und Gerstengluten I,5</small> | <b>Gemüsefrikadelle</b><br><small>i,d,l,Weizengluten</small><br><b>mit Kartoffeln<br/>und<br/>Erbsen und Möhren</b>               | <b>Germknödel</b><br><small>D-Lactose,g,iW,k,Mandel</small><br><b>mit Vanillesoße</b><br><small>d</small> |
| <b>Allergiker</b>  | <b>Allergiker</b>   | <b>Allergiker</b>   | <b>Allergiker</b>   |
| <b>Reispfanne<br/>mit Gemüse</b><br><small>ohne Allergene</small>    | <b>Nudelaufauf<br/>mit Brokoli</b><br><small>ohne Allergene</small>     | <b>Frikadelle<br/>mit Kartoffeln<br/>Erbsen und Möhren</b>  | <b>Kaiserschmarrn<br/>mit roter Grütze</b><br><small>ohne Allergene</small>                               |
| <b>Snackbar</b>  | <b>Snackbar</b>   | <b>Snackbar</b>   | <b>Snackbar</b>   |
| <b>Röstis mit Apfelmuss</b><br><small>Gluten und Lactosefrei</small> | <b>Wraps (i)</b>  | <b>Tortellinis</b> <small>d,a,i</small>   | <b>Pizza (i)</b>  |
| <b>Saltbuffet</b>  | <b>Saltbuffet</b>   | <b>Saltbuffet</b>   | <b>Saltbuffet</b>   |
| <b>Ja</b><br><small>mit lactosefreiem Dressing</small>               | <b>Ja</b><br><small>mit lactosefreiem Dressing</small>                  | <b>Nein</b><br><small>mit lactosefreiem Dressing</small>  | <b>Nein</b><br><small>mit lactosefreiem Dressing</small>  |
| <b>Dessert</b>   | <b>Dessert</b>  | <b>Dessert</b>  | <b>Dessert</b>  |
| <b>Obst</b>  | <b>Joghurt</b> <small>d</small>   | <b>Gebäck</b> <small>i,a,g,d,Haselnüsse</small>   | <b>Apfel</b>  |

Für Allergiker seperater Nachtisch vorhanden

- a. Eier
- b. Fisch
- c. Krebstiere
- d. Milch und Milchprodukte
- e. Schwefeldioxid / Sulfite
- f. Senf
- g. Soja
- h. Erdnüsse
- i. Glutenhaltige Getreidesorten
- j. Lupinen
- k. Schalenfrüchte
- l. Sellerie
- m. Sesamsamen
- n. Weichtiere (Mollusken)

- 1 Farbstoffe
- 2 Konservierungsstoffe
- 3 Nitrat und nitrathaltige Salze
- 4 Antioxidationsmittel
- 5 Geschmacksverstärker
- 6 Schwefeldioxid / Sulfite
- 7 Eisensalze
- 8 Überzugsmittel
- 9 Süßungsmittel
- 10 Phosphate
- 11 Coffein
- 12 Chinin, Chininsalze

Änderungen vorbehalten

Aufgrund der Produktionsräume können Spuren der 14 Hauptallergene nicht ausgeschlossen werden.