

# Speisenplan Dezember 2021 Rückgabe bitte bis 26. November an den Klassenlehrer

**Bei nicht rechtzeitiger Abgabe bekommt der Schüler/die Schülerin Essen I**

Essenteilnehmer:

Klasse:

Datum / Unterschrift:

48. KW 1.-3. Dezember			
Tag	Essen I	Essen II	vegetarisch
Mo			
Di			
Mi	Gebratenes Seehechtfilet mit Senfsauce und Kartoffeln, dazu Gurkensalat <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, L, F, G	Hähnchensteak mit Pfirsich und Käse überbacken. Brokkoli, Kartoffelpüree <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, L, G	Zucchini mit Reis und Ratatouille gefüllt <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5,
Do	Fleischbällchen in Tomatensauce und Nudeln <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, 3, G, L, E	Hähnchenkeule mit Möhren und Erbsengemüse, dazu Kartoffelpüree <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, L	Nudeln mit Tomatensauce und Rucola <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, G, E
Fr	Hefeklöße mit Kirschsauce <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, L	Hühner-Nudelpot mit Wurzelgemüse <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, G, E	Siehe Essen 1 <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, L

49. KW. 6.-10. Dezember			
Tag	Essen I	Essen II	Vegetarisch
Mo	Currywurstgout mit Kartoffelbrei und Salat <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, 3	Bunter Lachsauflauf mit Kartoffeln <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, F, G, E, L	Kartoffel-Gemüseauflauf mit Tomaten-Currysauce <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5
Di	Senfei mit Kartoffeln und Rote-Betesalat <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, E, L	Hähnchen-Paprika-Geschnetzeltes mit Reis <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, L	Siehe Essen 1 <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5
Mi	Rinderhacksteak mit Blumenkohl und Kartoffeln <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, L, G, E	Bauernfrühstück mit Rohkostsalat <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, E, L	„Winterlicher Salat“ mit Nüssen, Mandarinen und Räucherlachs <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, F
Do	Frankfurter Jagdwurstsauce mit Nudeln <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, G, E	Asiapfanne mit Schweinefleisch süß sauer, Ananas und Reis <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, G, O	Gebratener Reis mit Asiagemüse „süß sauer“ <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, G, E, O
Fr	Milchreis mit Zimt und Zucker oder Apfelmus <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, 3	Hähnchenschnitzel mit buntem Nudelsalat <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, G, E	Gemüseschnitzel mit buntem Nudelsalat <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, G, E

50. KW. 13.-17. Dezember			
Tag	Essen I	Essen II	vegetarisch
Mo	Fischstäbchen mit Spinatsauce und Kartoffelstampf <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, G, L, E, F	Gefüllte Paprikaschote mit Kartoffeln <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, G, L, E	Paprikaschote mit Gemüsefüllung und Sellerie-Kartoffelpüree <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, L
Di	Schweinebraten mit Backpflaumensauce, Rotkohl und Klößen <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, 3, G, L	Putengulasch mit Kartoffeln und Gurkensalat <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5	Ofenkartoffel mit Sour Creme und Salat <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, L
Mi	Thüringer Rostbratwurst mit Kohlrabigemüse und Kartoffeln, Bratensauce <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, L	Putenschnitzel mit Rahm-Champignons und Kartoffeln-Frischkäsetörtchen <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, G, L, E	Salatteller mit Thunfisch, Mais und gekochtem Ei, Sylter Dressing <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, L
Do	Nudeln mit Bolognesesauce <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, G, E	Indisches Hähnchencurry mit Reis <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5	Spaghetti mit Olivenöl, Knoblauch und Parmesan <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, G, E, G
Fr	Eierpfannkuchen mit Himbeersauce <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, G, L, E	Deftiger Kasseler-Gemüse Eintopf mit Kartoffeln <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5	Bunter Salatteller mit Fetakäse und getrockneten Tomaten, Italian-Dresseng <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, L

Bitte durchkreuzen Sie zur Bestellung das gewünschte Essen!

Info Küchenbüro : 0385 2088813 / Mail : [mensa@sws-schulen.de](mailto:mensa@sws-schulen.de)

Ab 1. Januar werden die verwendeten allergenen Zusatzstoffe in der Mensa entsprechend der EU Lebensmittelinformationsverordnung veröffentlicht. Amtsblatt der Europäischen Union L304/43 und Zusatzstoff-Zulassungsordnung vom 29.1.1998

1 Farbstoff, 2 Konservierungsstoff, 3 Antioxidationsmittel, 4 Phosphat, 5 Süßungsmittel, G Gluten, K Krebstiere, L Laktose, N Nüsse, S Senf, M Sellerieextrakt, I Sulfite, O Sojabohnen, E Ei, F Fischeiweiß, K Lupinen

51. KW. 20.-21. Dezember			
Tag	Essen I	Essen II	Vegetarisch
Mo	Grießbrei mit Kirschsauce  <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, L, G	Backfisch mit Kartoffel-Gemüseauflauf  <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, 3, E, L, G, F	Kartoffel-Gemüseauflauf mit Kräuter-Dip  <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, L
Di	Jägerschnitzel mit Nudeln und Tomatensauce  <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, G, E	Nudeln mit Tomatensauce  <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, G, E	Siehe Essen 2  <b>Dessert/Getränk</b> 1, 5, G, E
Mi	Ferien !!!		
Do	Ferien !!!		
Fr	Ferien !!!		

52. KW Ferienwoche			
Tag	Essen I	Essen II	Vegetarisch
Mo			
Di			
Mi			
Do			
Fr			

Tag	Essen I	Essen II	vegetarisch
Mo			
Di			
Mi			
Do			
Fr			

In einigen Rohstoffen bzw. .Zutaten befinden sich Zusatzstoffe. Eine Liste können Sie gern unter [mensa@sws-schulen.de](mailto:mensa@sws-schulen.de) erhalten. Generell versuchen wir den Einsatz dieser Zusatzstoffe aus Gründen der gesunden Ernährung zu vermeiden

1 Farbstoff, 2 Konservierungsstoff, 3 Antioxidationsmittel, 4 Phosphat, 5 Süßungsmittel, G Gluten, K Krebstiere, L Laktose, N Nüsse, S Senf, M Sellerieextrakt, I Sulfite, O Sojabohnen, E Ei, F Fischeiweiß, K Lupinen