



	Mo, 31.10.2022	Di, 01.11.2022	Mi, 02.11.2022	Do, 03.11.2022
Menü 1	Keine Ausgabe Herbstferien 2022 und Reformationstag	<ul style="list-style-type: none"> • Penne Carbonara (Schwein) (a, g, a1) • Salat (g) • Joghurt (g) 	<ul style="list-style-type: none"> • Grüner Bohneneintopf, Geflügelwürstchen und Baguette (a, l) • Pfirsich-Kompott 	<ul style="list-style-type: none"> • Fisch im Backteig, Püree und Gurkensalat (a, b, g, j, a1) • Stracciatella-Jogurt (g) 
Menü 2	Keine Ausgabe Herbstferien 2022 und Reformationstag	<ul style="list-style-type: none"> • Penne mit Gemüsejulienne in Käserahmsoße (c, a, g, a1) • Salat (g) • Joghurt (g) 	<ul style="list-style-type: none"> • Griesbrei mit heißen Kirschen (a, g, a1) • Pfirsich-Kompott 	<ul style="list-style-type: none"> • Rote-Beete-Puffer mit Tomatenreis an Kräutersoße (a, g, a1) • Stracciatella-Jogurt (g) 

Glutenhaltiges Getreide =a, Weizen=a1, Roggen=a2, Gerste=a3, Hafer=a4, Krebstiere=b, Eier=c, Fische=d, Erdnüsse=e, Sojabohnen= f, Milch (einschließlich Laktose)=g, Schalenfrüchte= h , Mandeln=h1, Haselnüsse=h2, Walnüsse=h3, Kaschunüsse=h4; Pecannüsse=h5, Paranüsse=h6, Pistazien=h7, Macadamianüsse=h8, Sellerie=i, Senf=j, Sesamsamen=k, Schwefeldioxid und Sulphite >10mg/kg oder 10mg/l=l, Lupinen=m, Weichtiere=n, Farbstoff=1, konserviert=2, Antioxidationsmittel= 3, Geschmacksverstärker=4, geschwefelt=5, Phosphat=8, Süßungsmittel=9, unter Schutzatmosphäre verpackt = 15, mit Zucker und Süßungsmittel=37

Änderungen vorbehalten

Die Abrechnung und Bestellung erfolgt über Mensa Max.
Nähere Informationen erhalten Sie in ihrem Schulsekretariat.



	Mo, 07.11.2022	Di, 08.11.2022	Mi, 09.11.2022	Do, 10.11.2022
Menü 1	<ul style="list-style-type: none"> Fischfilet mit Kartoffeln, Buttergemüse und Soße (c, d, a, g, j) Obst 	<ul style="list-style-type: none"> Linseneintopf mit Geflügelwurst (a, i) Blaubeerquark (g) 	<ul style="list-style-type: none"> Grünkohl mit Kartoffeln und Oldenburger Pinkel (a, i) Müsliriegel (e, a, g, h) 	<ul style="list-style-type: none"> Nudeln mit Hähnchenstreifen in Käsesoße (a, g, a1) Salat (g) Haselnuss-Pudding 
Menü 2	<ul style="list-style-type: none"> Holländische Poffertjes mit Vanillesoße (c, a, g, a1) Obst 	<ul style="list-style-type: none"> Fit-Pizza Margherita und Möhrensalat (c, a, g, i, j, a1) Blaubeerquark (g) 	<ul style="list-style-type: none"> Gemüseschnitzel mit Kartoffeln und Kräuterquark (c, a, g, i, a1) Müsliriegel (e, a, g, h) 	<ul style="list-style-type: none"> Nudeln "Pontresina " mit Broccoligemüse (a, g, a1) Salat (g) Haselnuss-Pudding 

Glutenhaltiges Getreide = a, Weizen=a1, Roggen=a2, Gerste=a3, Hafer=a4, Krestiere=b, Eier=c, Fische=d, Erdnüsse=e, Sojabohnen= f, Milch (einschließlich Laktose)=g, Schalenfrüchte= h , Mandeln=h1, Haselnüsse=h2, Walnüsse=h3, Kaschunüsse=h4; Pecannüsse=h5, Paranüsse=h6, Pistazien=h7, Macadamianüsse=h8, Sellerie=i, Senf=j, Sesamsamen=k, Schwefeldioxid und Sulphite >10mg/kg oder 10mg/l=l, Lupinen=m, Weichtiere=n, Farbstoff=1, konserviert=2, Antioxidationsmittel= 3, Geschmacksverstärker=4, geschwefelt=5, Phosphat=8, Süßungsmittel=9, unter Schutzatmosphäre verpackt = 15, mit Zucker und Süßungsmittel=37

Änderungen vorbehalten

Die Abrechnung und Bestellung erfolgt über Mensa Max.
Nähere Informationen erhalten Sie in ihrem Schulsekretariat.



	Mo, 14.11.2022	Di, 15.11.2022	Mi, 16.11.2022	Do, 17.11.2022
Menü 1	<ul style="list-style-type: none"> • Königsberger Klopse mit Petersilienkartoffeln und Rote Beete (c, a, g, j, a1) • Vanillequark (g) 	<ul style="list-style-type: none"> • Puten-Cordon-Bleu, Püree und Blattsalat an Joghurt-Dressing (c, a, g, a1) • Schokoladencreme (g) 	<ul style="list-style-type: none"> • Griechische Bifteki mit Reis und Tomatensoße (c, g) • Apfelmus 	<ul style="list-style-type: none"> • Fischfrikadellen mit Drillingen und Erbsen-Möhren Gemüse (d, a, g) • Joghurt (g) 
Menü 2	<ul style="list-style-type: none"> • Schwarzwurzel Knuspertasche mit Petersilienkartoffeln (a, g, i, k, a1) • Vanillequark (g) 	<ul style="list-style-type: none"> • Gemüse-Kartoffelcremesuppe mit Baguette (a, g, i) • Schokoladencreme (g) 	<ul style="list-style-type: none"> • Milchreis mit heißen Kirschen • Apfelmus 	<ul style="list-style-type: none"> • Spinat-Eier-Auflauf mit Mozzarella überbacken (c, g) • Joghurt (g) 

Glutenhaltiges Getreide =a, Weizen=a1, Roggen=a2, Gerste=a3, Hafer=a4, Krebstiere=b, Eier=c, Fische=d, Erdnüsse=e, Sojabohnen= f, Milch (einschließlich Laktose)=g, Schalenfrüchte= h , Mandeln=h1, Haselnüsse=h2, Walnüsse=h3, Kaschunüsse=h4; Pecannüsse=h5, Paranüsse=h6, Pistazien=h7, Macadamianüsse=h8, Sellerie=i, Senf=j, Sesamsamen=k, Schwefeldioxid und Sulphite >10mg/kg oder 10mg/l=l, Lupinen=m, Weichtiere=n, Farbstoff=1, konserviert=2, Antioxidationsmittel= 3, Geschmacksverstärker=4, geschwefelt=5, Phosphat=8, Süßungsmittel=9, unter Schutzatmosphäre verpackt = 15, mit Zucker und Süßungsmittel=37

Änderungen vorbehalten

Die Abrechnung und Bestellung erfolgt über Mensa Max.
Nähere Informationen erhalten Sie in ihrem Schulsekretariat.



	Mo, 21.11.2022	Di, 22.11.2022	Mi, 23.11.2022	Do, 24.11.2022
Menü 1	<ul style="list-style-type: none"> Erbseintopf mit Geflügel- Würstchen und Baguette ^(a) Vanillepudding ^(g) 	<ul style="list-style-type: none"> Grünkohl mit Kartoffeln und Mettenden ^(a, i) Quarkspeise ^(g) 	<ul style="list-style-type: none"> Kartoffelsalat mit Geflügel-Bockwurst ⁽ⁱ⁾ Fruchtjoghurt ^(g) 	<ul style="list-style-type: none"> Putenstreifen mit Gemüsereis in Rahmsauce ^(g) Salat ^(g) Obst 
Menü 2	<ul style="list-style-type: none"> Eieromlett gefüllt mit Spinat dazu Rote Beete ^(c, g, j) Vanillepudding ^(g) 	<ul style="list-style-type: none"> Pfannkuchen mit Apfelmus ^(c, a, g, a1) Quarkspeise ^(g) 	<ul style="list-style-type: none"> Nudel-Gemüse-Suppe mit Baguette ^(c, a, i, a1) Fruchtjoghurt ^(g) 	<ul style="list-style-type: none"> Broccoli-Kartoffel-Auflauf ^(g) Salat ^(g) Obst 

Glutenhaltiges Getreide =a, Weizen=a1, Roggen=a2, Gerste=a3, Hafer=a4, Krebstiere=b, Eier=c, Fische=d, Erdnüsse=e, Sojabohnen= f, Milch (einschließlich Laktose)=g, Schalenfrüchte= h, Mandeln=h1, Haselnüsse=h2, Walnüsse=h3, Kaschunüsse=h4; Pecannüsse=h5, Paranüsse=h6, Pistazien=h7, Macadamianüsse=h8, Sellerie=i, Senf=j, Sesamsamen=k, Schwefeldioxid und Sulphite >10mg/kg oder 10mg/l=l, Lupinen=m, Weichtiere=n, Farbstoff=1, konserviert=2, Antioxidationsmittel= 3, Geschmacksverstärker=4, geschwefelt=5, Phosphat=8, Süßungsmittel=9, unter Schutzatmosphäre verpackt = 15, mit Zucker und Süßungsmittel=37

Änderungen vorbehalten

Die Abrechnung und Bestellung erfolgt über Mensa Max.
Nähere Informationen erhalten Sie in ihrem Schulsekretariat.



	Mo, 28.11.2022	Di, 29.11.2022	Mi, 30.11.2022	Do, 01.12.2022
Menü 1	<ul style="list-style-type: none"> Veggie Tag (siehe Menü2) 	<ul style="list-style-type: none"> Hühnerfrikassee und Erbsen/Möhren, dazu Reis Schokoladenpudding (g) 	<ul style="list-style-type: none"> Kartoffel-Broccoli-Cremesuppe und Baguette (a) Joghurt (g) 	<ul style="list-style-type: none"> Seelachsfilet mit Petersilienkartoffeln und Remoulade (c, a, g, j, a1) Grießflammerie (a, g, a1) 
Menü 2	<ul style="list-style-type: none"> Tortellini Ricotta mit Spinat in Mozzarella-Soße (c, a, g, a1) Stracciatella-Joghurt (g) 	<ul style="list-style-type: none"> Kartoffelpuffer mit Apfelmus (c, a, a1) Schokoladenpudding (g) 	<ul style="list-style-type: none"> Gekochte Eier in leichter Senfsoße und Kartoffeln, dazu Gewürzgurke (c, g, j) Joghurt (g) 	<ul style="list-style-type: none"> Frühlingsrolle mit Wildreis und Tomatensoße (a, g, i, a1) Grießflammerie (a, g, a1) 

Glutenhaltiges Getreide =a, Weizen=a1, Roggen=a2, Gerste=a3, Hafer=a4, Krebstiere=b, Eier=c, Fische=d, Erdnüsse=e, Sojabohnen= f, Milch (einschließlich Laktose)=g, Schalenfrüchte= h , Mandeln=h1, Haselnüsse=h2, Walnüsse=h3, Kaschunüsse=h4; Pecannüsse=h5, Paranüsse=h6, Pistazien=h7, Macadamianüsse=h8, Sellerie=i, Senf=j, Sesamsamen=k, Schwefeldioxid und Sulphite >10mg/kg oder 10mg/l=l, Lupinen=m, Weichtiere=n, Farbstoff=1, konserviert=2, Antioxidationsmittel= 3, Geschmacksverstärker=4, geschwefelt=5, Phosphat=8, Süßungsmittel=9, unter Schutzatmosphäre verpackt = 15, mit Zucker und Süßungsmittel=37

Änderungen vorbehalten

Die Abrechnung und Bestellung erfolgt über Mensa Max.
Nähere Informationen erhalten Sie in ihrem Schulsekretariat.