



Speiseplan

12.01. – 15.01.2026

KW 03

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
Hauptgericht (1)	Schwäbische Maultaschen (Schwein) (Aa,B,D) mit Zwiebelschmelze und Bratensauce (5,G) dazu Kartoffelsalat (D)	Schinkennudeln (Pute) (2,3,Aa,C) mit Tomatensauce dazu Eisbergsalat mit Joghurtdressing (C,G,P,5)	Putengeschnetzeltes in fruchtiger Currysauce (Erbsen, Ananas, Pfirsich) (C,G) dazu Quinoa und Chinakohl mit Essig-Öl- Dressing (G,P,1,3,5)	Seelachsfilet (E) mit Kräutersauce aus Petersilie, Kerbel und Lauch (C) dazu grüne Bohnen und Bio-Salzkartoffeln
Hauptgericht (2) Vegetarisch	Wellenbandnudeln (Aa,B) mit gebratenen Austernpilzen und Pestosauce (C) dazu Bohnensalat mit Paprika (G,P,3,5)	Djuvec Reispfanne mit Tomate, Paprika, Erbsen dazu Eisbergsalat mit Joghurtdressing (C,G,P,5)	Nuggets (Aa,Ad,H,8) mit Tomatendip dazu Kartoffelpüree (C) und Chinakohl mit Essig-Öl- Dressing (G,P,1,3,5)	Vollkornnudeln mit frischem Gemüse (Aa) dazu Gurkensalat mit Essig-Öl-Dressing (G-P,3,5)

Zusatzstoff- und Allergenkennzeichnung siehe Aushang Mensa und Homepage der Gutenberg-Schule

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit !
Änderungen vorbehalten.

Für Zutaten und Komponenten in Bio-Qualität gilt die DE-ÖKO-007

