

# Speiseplan Mensa Realschule Überlingen

	Montag, 11.10.2021	Dienstag, 12.10.2021	Mittwoch, 13.10.2021	Donnerstag, 14.10.2021	Freitag, 15.10.2021
Menü 1	Hähnchenbrustfilet mit Kartoffelkroketten und Champignonsoße (17,18)	Mailänderschnitzel mit Spaghetti in Tomatensahnesoße (11,13,17)	Chicken Nuggets mit Kartoffelbrei (17,18)	Schweinesteak mit Spaltenkartoffeln (17,18)	Spaghetti mit Bolognesesoße
Menü 2	Gnocchi mit Tomatensoße (11,17)	Spinatnudeln mit Erbsen-Karotten-Gemüse in Tomatensahnesoße (17,20)	Gemüsemaultaschen mit Bratensoße (11,14)	Kartoffelgratin mit Broccoli und Käse überbacken (11,13)	Spätzle mit Bratensoße

**Legende:** „enthält“ 1 mit Farbstoff; 2 mit Konservierungsstoff; 3 mit Antioxidationsmittel; 4 mit Geschmacksverstärker; 5 geschwefelt; 6 mit geschwärzt; 7 mit gewachst; 8 mit Phosphat; 9 mit Süßungsmittel; Allergene: 11 Gluten a) Weizen b) Roggen c) Gerste d) Hafenergänzung e) Dinkel f) Kamut oder g) Hybridstämme; 12 Krebstiere; 13 Eier; 14; Fisch; 15 Erdnüsse; 16 Sojabohne; 17 Milch; 18 Lactose; 19 Schalenfrüchte a) Mandeln; b) Haselnüsse c) Walnüsse; d) Cashewnüsse, e) Pecannüsse; f) Paranuss; g) Pistazien; h) Macadamia oder Queensland Nüsse; 20 Sellerie; 21 Senf; 22 Sesamsamen; 23 Schwefeldioxid und Sulfit > 10mg/kg (SO<sub>2</sub>); 24 Lupinen; 25 Weichtiere