

OBERLIN BERUFSBILDUNG

Mensa – Speiseplan für die Woche vom 23.01.2023 bis 27.01.2023 (4. KW)

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Essen I	Kartoffel-Möhren-Eintopf mit Hühnerfleisch ⁶⁰ , Vollkornbrot ^{51, 511, 514, 516}	Pasta ^{51, 511} , Bologneser Sauce, geriebener Käse ⁵⁸	Grünkohl ^{1, 2, 51, 516, 52, 58} , Knacker ^{1, 2, 60, 61} , Salzkartoffeln	Soljanka ^{1, 2, 4, 16, 60, 61} , Schmand ^{52, 58} , Bäckerbrötchen ^{51, 511}	Lachsragout mit Senfsauce ^{13, 51, 511, 52, 55, 58, 61} , Gemüse-Ebly ^{51, 511, 52, 58}
	314 kcal	568 kcal	791 kcal	574 kcal	469 kcal
Essen II	Gemüsemaultaschen ^{51, 511, 54, 60} , Paprikaragout ¹ , geröstete Cashewkerne ^{59, 594}	gebratener Eierreis mit Gemüse und Sprossen ^{1, 2, 3, 51, 511, 54, 57}	Brokkoli-Nussecke ^{51, 511, 516, 59, 591, 592} , Sauce Choron ^{52, 54, 58, 60} , Kirschtomaten, Salzkartoffeln	Rührei ⁵⁴ , Kartoffel-Möhrenpüree ^{2, 52, 58} , Gurkensalat	gebackener Käse ^{52, 58} , Gemüse-Ebly ^{51, 511, 52, 58} , Tomatensauce ¹
	531 kcal	421 kcal	817 kcal	352 kcal	608 kcal

Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (3) mit Geschmacksverstärker; (4) mit Süßungsmittel; (13) geschwefelt; (16) mit Phosphat

Allergene: (51) glutenhaltige Getreide und -erzeugnisse; (511) Weizen und Weizenerzeugnisse; (514) Roggen und Roggenerzeugnisse; (516) Hafer und Hafererzeugnisse; (52) Laktose; (54) Eier und -erzeugnisse; (55) Fisch und -erzeugnisse; (57) Soja und -erzeugnisse; (58) Milch und -erzeugnisse; (59) Schalenfrüchte und -erzeugnisse; (591) Mandeln und Mandelerzeugnisse; (592) Haselnüsse und Haselnusserzeugnisse; (594) Cashewnüsse und Cashewnusserzeugnisse; (60) Sellerie und -erzeugnisse; (61) Senf und -erzeugnisse

Essen inklusive Salat, Tafelwasser und Tagesdessert oder saisonales Obst

Hinweise zu Zusatzstoffen und Allergenen für Salat und Tagesdessert erhalten Sie an der Essenausgabe

Essenpreis: Mitarbeitende 5,50 € Sams-on-Nutzung / Essenmarkenkauf Cafeteria Mitarbeitende und Gäste 6,50 €

Änderungen vorbehalten!

WIR WÜNSCHEN IHNEN GUTEN APPETIT!

Menü II enthält i.d.R. ein vegetarisches oder ein Fischgericht.

Trotz sorgfältiger Zubereitung können an allen Speisen technologische Spuren von Mehl, Nüssen, Senf, Krustentieren und Sellerie enthalten sein. Das Küchenteam des Berufsbildungswerkes berät Sie gern und ist Ihnen bei der Speisenauswahl behilflich.

Anregungen und realistische Speiseplanwünsche nehmen wir gern entgegen.