



Speiseplan

03. KW vom 17. bis 21.01.2022

IGS Göttingen

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü I	Knusperfisch (Seelachs) (D,C,G,K,D1) m. Kräutersauce (D,G,D1) u. Bulgur (D,D1), Möhrengemüse Gurken-Tomaten- Eisbergsalat (3,5,I) m. Joghurtdressing (G)	Rührei (A) m. Kartoffeln u. Spinat (D,G,D1) Bauernsalat (3,5,G,I)	Hühnerfrikassee m. Erbsen u. Möhren (D,G,D1) u. Vollkornreis Karotten-Apfelsalat (3)	Hirse-Gemüseauflauf (D,A,G,D1) m. Tomatensauce Spaghettisalat/Feldsalat (1,2,3,D,G,I,D1) m. Balsamicodressing (5,K,I)	Gemüsesuppe mit Eierstich (A,J), Göttinger Schulbrötchen (D,L,D1,D2,D5) Gemischter Salat (3,5,I)
Menü II Veget.	Überbackener Kartoffelaufguss (D,G,J,G1) m. Letchogemüse Gurken-Tomaten- Eisbergsalat (3,5,I) m. Joghurtdressing (G)	Mexikanisches Chili sin Carne (1,D,M,J,D2) m. Baquette (D,D1) u. Schmanddip (G) Bauernsalat (3,5,G,I)	Tomatenstrudel (2,3,D,G,D1) m. Kräuterquark (G) Karotten-Apfelsalat (3)	Gebratene Mie-Nudeln m. Wok-Gemüse (D,A,M,J,D1), Currysauce (1,D,G,D1) Spaghettisalat/Feldsalat (1,2,3,D,G,I,D1) m. Balsamicodressing (5,K,I)	Kaiserschmarrn (D,A,G,D1) mit Vanillesauce (3,5,I) Gemischter Salat (3,5,I)
Obst	Clementine		Quark (G) m. Birnen	Banane	
Zusatzstoffe:	1. Farbstoff 2. Konservierungsmittel 3. Antioxidationsmittel 4. Geschmacksverstärker 5. Geschwefelt 7. Phosphat 8. Milcheiweiß bei Fleischerzeugnissen 11. mit Süßungsmitteln				
Allergene:	A Eier B Erdnüsse C Fisch D Gluten F Lupinen G Milch H Schalenfrüchte I Schwefeldioxid und Sulfid J Sellerie K Senf L Sesam M Soja Gluten D = (1 Weizen, 2 Gerste, 3 Roggen, 4 Hafer, 5 Dinkel, 6 Grünkern, 7 Einkorn, 8 Emmer, 9 Kamut, 10 Triticale) Schalenfrüchte H = (1 Mandeln, 2 Walnüsse, 3 Haselnüsse, 4 Cashewnüsse, 5 Pecannüsse, 6 Paranüsse, 7 Pistazien, 8 Queenslandnüsse)				
Wichtiger Hinweis:	Bei den genannten Allergenen handelt es sich zum Teil auch um wertvolle Grundnahrungsmittel und Erzeugnisse, die in unserem Betrieb und bei unseren Lieferanten verarbeitet werden. Trotz sorgfältigem Umgang kann nicht ausgeschlossen werden, dass Spuren unbeabsichtigt in andere Produkte übergehen.				
☺	Der Smiley steht für ein vegetarisches Gericht				

Wir wünschen guten Appetit!! Änderungen vorbehalten!!

Stand: 13.12.2021