

# Speiseplan

Mensa im Schulzentrum Steinhagen	15.09.2025	16.09.2025	17.09.2025	18.09.2025	19.09.2025
	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü	Griechische Hirtenrolle mit Fetakäse gefüllt <sup>1</sup> an Knoblauchsauce <sup>2</sup> / Zucchini Gemüse <sup>3</sup> und Reis <sup>4</sup>	Leichte Käsecremesuppe mit Lauchzwiebel und Rinderhackfleisch <sup>1</sup> , dazu ein Brötchen <sup>2</sup>	Paprika Rahmschnitzel vom Hähnchen <sup>1</sup> / Pommes frites <sup>2</sup> / Salatbeilage <sup>3</sup>	Hokifilet <sup>1</sup> an Limettensauce <sup>2</sup> / Fingerkarotten <sup>3</sup> und Dillkartoffeln <sup>4</sup>	Gemüsemaultaschen <sup>1</sup> mit Kräuter Cremefraiche <sup>2</sup>
Allergene	c/g	a(Weizen)/g	a(Weizen)/g	a(Weizen)/d/g	a(Weizen)/c/i/g
Vegetarisch	Gefüllte Zucchini mit Reis, Gemüse und Käse <sup>5</sup> an Knoblauchsauce <sup>3</sup>	Leichte Käsecremesuppe mit Lauchzwiebel <sup>3</sup> und ein Brötchen <sup>2</sup>	vegetarisches Paprika - Rahmschnitzel <sup>4</sup> / Pommes frites <sup>2</sup> / Salatbeilage <sup>3</sup>	Fisch vom Feld <sup>5</sup> an Limettensauce <sup>2</sup> / Fingermöhren <sup>3</sup> und Dillkartoffeln <sup>4</sup>	Gemüsemaultaschen <sup>1</sup> mit Kräuter Cremefraiche <sup>2</sup>
Allergene	g	a(Weizen)/g	a(Weizen)/f/g	a(Weizen)/g	a(Weizen)/c/i/g
Dessert	frisches Hand Obst <sup>6</sup>	Vanille Joghurt <sup>4</sup>	frisches Hand Obst <sup>5</sup>	Puddingbecher <sup>6</sup>	Buttermilchcreme Zitrone <sup>3</sup>
Allergene		g		g	g
Salatauswahl	/	Rohkostauswahl <sup>5</sup>	Salatbeilage <sup>3</sup>	/	Rohkostauswahl <sup>4</sup>
Allergene			g		

## Änderungen im Speiseplan vorbehalten ! Lebensmittelunverträglichkeits Legende

(a) Glutenhaltige Getreide (Weizen / Roggen / etc.)

(b) Krebstiere

(c) Eier

(d) Fisch

(e) Erdnüsse

(f) Sojabohnen

(g) Milch

(h) Hülsenfrüchte

(i) Sellerie

(j) Senf

(k) Sesam

(l) Schwefeldioxid / Sulfite

(m) Lupinen

(n) Weichtiere

(1) Farbstoffe

(2) Konservierungsstoffe

(11) Süßungsmittel

(4) Geschmacksverstärker

(K) Knoblauch

(SF) Schweinefleischfrei

(GH) Geflügel nach Halal