



	Mo, 08.01.2024	Di, 09.01.2024	Mi, 10.01.2024	Do, 11.01.2024
Menü 1	<ul style="list-style-type: none"> • HOT DOG mit Gurkenscheiben, Röstzwiebeln und Dip (a, g, j, a1) • Joghurt (g)  	<ul style="list-style-type: none"> • Fischfrikadellen mit Drillingen und Erbsen-Möhren Gemüse (d, a, g) • Rote Grütze m. Vanillesoße (g)  	<ul style="list-style-type: none"> • Rindergeschnetzeltes mit Nudeln (a3, a, f, a1) • Apfelmus  	<ul style="list-style-type: none"> • Hähnchenschnitzel, Püree und Blattsalat an Joghurt-Dressing (c, a, g, a1) • Schokoladencreme (g)  
Menü 2	<ul style="list-style-type: none"> • Milchreis mit heißen Kirschen • Joghurt (g)  	<ul style="list-style-type: none"> • Gemüsefrikadellen mit Kartoffeln und Käsesoße (c, a, g, a1) • Rote Grütze m. Vanillesoße (g)  	<ul style="list-style-type: none"> • Vegetarisches Moussaka (c, a, g, f, a1) • Salat (g) • Apfelmus  	<ul style="list-style-type: none"> • Gemüse-Kartoffelcremesuppe mit Baguette (a, g, l) • Schokoladencreme (g)  

Glutenhaltiges Getreide =a, Weizen=a1, Roggen=a2, Gerste=a3, Hafer=a4, Krebstiere=b, Eier=c, Fische=d, Erdnüsse=e, Sojabohnen= f, Milch (einschließlich Laktose)=g, Schalenfrüchte= h , Mandeln=h1, Haselnüsse=h2, Walnüsse=h3, Kaschunüsse=h4; Pecannüsse=h5, Paranüsse=h6, Pistazien=h7, Macadamianüsse=h8, Sellerie=i, Senf=j, Sesamsamen=k, Schwefeldioxid und Sulphite >10mg/kg oder 10mg/l=l, Lupinen=m, Weichtiere=n, Farbstoff= 1, konserviert=2, Antioxidationsmittel= 3, Geschmacksverstärker=4, geschwefelt=5, Phosphat=8, Süßungsmittel=9, unter Schutzatmosphäre verpackt = 15, mit Zucker und Süßungsmittel=37

Änderungen vorbehalten

Die Abrechnung und Bestellung erfolgt über Mensa Max.
Nähere Informationen erhalten Sie in ihrem Schulsekretariat.



	Mo, 15.01.2024	Di, 16.01.2024	Mi, 17.01.2024	Do, 18.01.2024
Menü 1	<ul style="list-style-type: none"> Griechisches Hachsteak, Reis und Pikante Paprikasauce (c, a, g, f, a1) Fruchtjoghurt (g)  	<ul style="list-style-type: none"> Putenstreifen mit Gemüsereis in Rahmsoße (g) Sandwich Eis (a, g, f, a1)  	<ul style="list-style-type: none"> Seelachsfilet mit Petersilienkartoffeln und Basilikumsoße (d, a, a1) Müsliriegel (e, a, g, h)  	<ul style="list-style-type: none"> Grünkohleintopf (a, i) Quarkspeise (g)  
Menü 2	<ul style="list-style-type: none"> Nudel-Gemüse-Suppe mit Baguette (c, a, i, a1) Fruchtjoghurt (g)  	<ul style="list-style-type: none"> Kürbis Falafel mit Bulgur-Gemüse-Pfanne und Sourcreme Dip (g) Sandwich Eis (a, g, f, a1)  	<ul style="list-style-type: none"> Blumenkohlcreme-Suppe mit Baguette (a, g) Müsliriegel (e, a, g, h)  	<ul style="list-style-type: none"> Kartoffeltasche mit Frischkäse-Kräuter Füllung und Rote Beete (g) Quarkspeise (g)  

Glutenhaltiges Getreide = a, Weizen=a1, Roggen=a2, Gerste=a3, Hafer=a4, Krebstiere=b, Eier=c, Fische=d, Erdnüsse=e, Sojabohnen= f, Milch (einschließlich Laktose)=g, Schalenfrüchte= h , Mandeln=h1, Haselnüsse=h2, Walnüsse=h3, Kaschunüsse=h4; Pecannüsse=h5, Paranüsse=h6, Pistazien=h7, Macadamianüsse=h8, Sellerie=i, Senf=j, Sesamsamen=k, Schwefeldioxid und Sulphite >10mg/kg oder 10mg/l=l, Lupinen=m, Weichtiere=n, Farbstoff=1, konserviert=2, Antioxidationsmittel= 3, Geschmacksverstärker=4, geschwefelt=5, Phosphat=8, Süßungsmittel=9, unter Schutzatmosphäre verpackt = 15, mit Zucker und Süßungsmittel=37

Änderungen vorbehalten

Die Abrechnung und Bestellung erfolgt über Mensa Max.
Nähere Informationen erhalten Sie in ihrem Schulsekretariat.



	Mo, 22.01.2024	Di, 23.01.2024	Mi, 24.01.2024	Do, 25.01.2024
Menü 1	<ul style="list-style-type: none"> Geflügelbulette, Wildreis und Tomatensauce (c, a, g, j, a1) Grießflammerie (a, g, a1)  	<p>Keine Ausgabe</p> <p>Zeugniskonferenzen</p>	<ul style="list-style-type: none"> Rinderfrikadelle mit Kartoffeln an Bratensauce und Eisbergsalat (c, a, g, i, j) Mandarinenquark (g)  	<ul style="list-style-type: none"> Veggie Tag (siehe Menü2)  
Menü 2	<ul style="list-style-type: none"> Frühlingsrolle mit Wildreis und Tomatensoße (a, g, i, a1) Grießflammerie (a, g, a1)  	<p>Keine Ausgabe</p> <p>Zeugniskonferenzen</p>	<ul style="list-style-type: none"> Vales Schnitzel mit Kartoffeln an Kräuterquark (c, a, a4, g, a1) Mandarinenquark (g)  	<ul style="list-style-type: none"> Tortellini Ricotta mit Spinat in Mozzarella-Soße (c, a, g, a1) Stracciatella-Jogurt (g)  

Glutenhaltiges Getreide =a, Weizen=a1, Roggen=a2, Gerste=a3, Hafer=a4, Krebstiere=b, Eier=c, Fische=d, Erdnüsse=e, Sojabohnen= f, Milch (einschließlich Laktose)=g, Schalenfrüchte= h , Mandeln=h1, Haselnüsse=h2, Walnüsse=h3, Kaschunüsse=h4; Pecannüsse=h5, Paranüsse=h6, Pistazien=h7, Macadamianüsse=h8, Sellerie=i, Senf=j, Sesamsamen=k, Schwefeldioxid und Sulphite >10mg/kg oder 10mg/l=l, Lupinen=m, Weichtiere=n, Farbstoff= 1, konserviert=2, Antioxidationsmittel= 3, Geschmacksverstärker=4, geschwefelt=5, Phosphat=8, Süßungsmittel=9, unter Schutzatmosphäre verpackt = 15, mit Zucker und Süßungsmittel=37

Änderungen vorbehalten

Die Abrechnung und Bestellung erfolgt über Mensa Max.
Nähere Informationen erhalten Sie in ihrem Schulsekretariat.



	Mo, 29.01.2024	Di, 30.01.2024	Mi, 31.01.2024	Do, 01.02.2024
Menü 1	<ul style="list-style-type: none"> • Rindfleisch Suppe mit Einlage und Baguette • Vanillecreme ^(g) 	<ul style="list-style-type: none"> • Veggie Tag (siehe Menü2) 	<ul style="list-style-type: none"> • keine Essensausgabe 	Keine Ausgabe Winterferien 2024
Menü 2	<ul style="list-style-type: none"> • Steckrüben-Rösti mit Kartoffeln und Butter-Soße ^(c, a, a4, g, l) • Vanillecreme ^(g) 	<ul style="list-style-type: none"> • Nudeln Napoli, Eisbergsalat und Joghurt-Dressing ^(c, a, g, j, a1) • Erdbeer-Joghurt ^(g) 	<ul style="list-style-type: none"> • keine Essensausgabe 	Keine Ausgabe Winterferien 2024

Glutenhaltiges Getreide =a, Weizen=a1, Roggen=a2, Gerste=a3, Hafer=a4, Krebstiere=b, Eier=c, Fische=d, Erdnüsse=e, Sojabohnen= f, Milch (einschließlich Laktose)=g, Schalenfrüchte= h , Mandeln=h1, Haselnüsse=h2, Walnüsse=h3, Kaschunüsse=h4; Pecannüsse=h5, Paranüsse=h6, Pistazien=h7, Macadamianüsse=h8, Sellerie=i, Senf=j, Sesamsamen=k, Schwefeldioxid und Sulphite >10mg/kg oder 10mg/l=l, Lupinen=m, Weichtiere=n, Farbstoff=1, konserviert=2, Antioxidationsmittel= 3, Geschmacksverstärker=4, geschwefelt=5, Phosphat=8, Süßungsmittel=9, unter Schutzatmosphäre verpackt = 15, mit Zucker und Süßungsmittel=37

Änderungen vorbehalten

Die Abrechnung und Bestellung erfolgt über Mensa Max.
 Nähere Informationen erhalten Sie in ihrem Schulsekretariat.



	Mo, 05.02.2024	Di, 06.02.2024	Mi, 07.02.2024	Do, 08.02.2024
Menü 1	Keine Ausgabe Perspektivgespräche 2024	Keine Ausgabe Perspektivgespräche 2024	<ul style="list-style-type: none"> Couscous Pfanne mit frittierten Hähnchenspießen und Kräuter-Dip (a, g, i, a1) Vanillepudding (g)  	<ul style="list-style-type: none"> Penne Carbonara (Schwein) (a, g, a1) Joghurt (g)  
Menü 2	Keine Ausgabe Perspektivgespräche 2024	Keine Ausgabe Perspektivgespräche 2024	<ul style="list-style-type: none"> Pfannkuchen mit Apfelmus (c, a, g, a1) Vanillepudding (g)  	<ul style="list-style-type: none"> Penne mit Gemüsejulienne in Käserahmsoße (c, a, g, a1) Joghurt (g)  

Glutenhaltiges Getreide =a, Weizen=a1, Roggen=a2, Gerste=a3, Hafer=a4, Krebstiere=b, Eier=c, Fische=d, Erdnüsse=e, Sojabohnen= f, Milch (einschließlich Laktose)=g, Schalenfrüchte= h , Mandeln=h1, Haselnüsse=h2, Walnüsse=h3, Kaschunüsse=h4; Pecannüsse=h5, Paranüsse=h6, Pistazien=h7, Macadamianüsse=h8, Sellerie=i, Senf=j, Sesamsamen=k, Schwefeldioxid und Sulphite >10mg/kg oder 10mg/l=l, Lupinen=m, Weichtiere=n, Farbstoff=1, konserviert=2, Antioxidationsmittel= 3, Geschmacksverstärker=4, geschwefelt=5, Phosphat=8, Süßungsmittel=9, unter Schutzatmosphäre verpackt = 15, mit Zucker und Süßungsmittel=37

Änderungen vorbehalten

Die Abrechnung und Bestellung erfolgt über Mensa Max.
Nähere Informationen erhalten Sie in ihrem Schulsekretariat.



	Mo, 12.02.2024	Di, 13.02.2024	Mi, 14.02.2024	Do, 15.02.2024
Menü 1	<ul style="list-style-type: none"> Nudeln mit Hähnchenstreifen in Käsesoße (a, g, a1) Haselnuss-Pudding  	<ul style="list-style-type: none"> Hähnchen-Kebab, Reis, Krautsalat und Tzaziki (g, f) Joghurt (g)  	<ul style="list-style-type: none"> Seelachsfilet mit Kartoffeln und Honig-Senf Soße, Möhrensalat (c, a, b, j) Obst  	<ul style="list-style-type: none"> Linseneintopf mit Geflügelwurst, Roggenbaguette (a, i) Blaubeerquark (g)  
Menü 2	<ul style="list-style-type: none"> Nudeln "Pontresina " mit Broccoligemüse (a, g, a1) Haselnuss-Pudding  	<ul style="list-style-type: none"> Möhren- Kartoffel-Eintopf mit Baguette (a, i) Joghurt (g)  	<ul style="list-style-type: none"> Holländische Poffertjes mit Vanillesoße (c, a, g, a1) Obst  	<ul style="list-style-type: none"> Fit-Pizza Margherita (c, a, g, i, j, a1) Blaubeerquark (g)  

Glutenhaltiges Getreide =a, Weizen=a1, Roggen=a2, Gerste=a3, Hafer=a4, Krebstiere=b, Eier=c, Fische=d, Erdnüsse=e, Sojabohnen= f, Milch (einschließlich Laktose)=g, Schalenfrüchte= h , Mandeln=h1, Haselnüsse=h2, Walnüsse=h3, Kaschunüsse=h4; Pecannüsse=h5, Paranüsse=h6, Pistazien=h7, Macadamianüsse=h8, Sellerie=i, Senf=j, Sesamsamen=k, Schwefeldioxid und Sulphite >10mg/kg oder 10mg/l=l, Lupinen=m, Weichtiere=n, Farbstoff=1, konserviert=2, Antioxidationsmittel= 3, Geschmacksverstärker=4, geschwefelt=5, Phosphat=8, Süßungsmittel=9, unter Schutzatmosphäre verpackt = 15, mit Zucker und Süßungsmittel=37

Änderungen vorbehalten

Die Abrechnung und Bestellung erfolgt über Mensa Max.
Nähere Informationen erhalten Sie in ihrem Schulsekretariat.




	Mo, 19.02.2024	Di, 20.02.2024	Mi, 21.02.2024	Do, 22.02.2024
Menü 1	<ul style="list-style-type: none"> Fischfrikadellen mit Drillingen und Erbsen-Möhren Gemüse (d, a, g) Rote Grütze m. Vanillesoße (g)  	<ul style="list-style-type: none"> Rindergeschnetzeltes mit Nudeln (a3, a, f, a1) Apfelmus  	<ul style="list-style-type: none"> HOT DOG mit Gurkenscheiben, Röstzwiebeln und Dip (a, g, j, a1) Joghurt (g)  	<ul style="list-style-type: none"> Rinder-Cevapcici, Reis, Tzaziki und Krautsalat (c, g, f) Obst  
Menü 2	<ul style="list-style-type: none"> Gemüsefrikadellen mit Kartoffeln und Käsesoße (c, a, g, a1) Rote Grütze m. Vanillesoße (g)  	<ul style="list-style-type: none"> Vegetarisches Moussaka (c, a, g, f, a1) Salat (g) Apfelmus  	<ul style="list-style-type: none"> Milchreis mit heißen Kirschen Joghurt (g)  	<ul style="list-style-type: none"> Schwarzwurzel Knuspertasche, Hollandaise und Reis (a, g, i, k, a1) Obst  

Glutenhaltiges Getreide =a, Weizen=a1, Roggen=a2, Gerste=a3, Hafer=a4, Krebstiere=b, Eier=c, Fische=d, Erdnüsse=e, Sojabohnen= f, Milch (einschließlich Laktose)=g, Schalenfrüchte= h , Mandeln=h1, Haselnüsse=h2, Walnüsse=h3, Kaschunüsse=h4; Pecannüsse=h5, Paranüsse=h6, Pistazien=h7, Macadamianüsse=h8, Sellerie=i, Senf=j, Sesamsamen=k, Schwefeldioxid und Sulphite >10mg/kg oder 10mg/l=l, Lupinen=m, Weichtiere=n, Farbstoff=1, konserviert=2, Antioxidationsmittel= 3, Geschmacksverstärker=4, geschwefelt=5, Phosphat=8, Süßungsmittel=9, unter Schutzatmosphäre verpackt = 15, mit Zucker und Süßungsmittel=37

Änderungen vorbehalten

Die Abrechnung und Bestellung erfolgt über Mensa Max.
Nähere Informationen erhalten Sie in ihrem Schulsekretariat.



	Mo, 26.02.2024	Di, 27.02.2024	Mi, 28.02.2024	Do, 29.02.2024
Menü 1	<ul style="list-style-type: none"> • Putenstreifen mit Gemüsereis in Rahmsauce ^(g) • Sandwich Eis ^(a, g, f, a1)  	<ul style="list-style-type: none"> • Seelachsfilet mit Petersilienkartoffeln und Basilikumsoße ^(d, a, a1) • Müsliriegel ^(e, a, g, h)  	<ul style="list-style-type: none"> • Erbseneintopf mit Geflügel- Würstchen und Baguette ^(a) • Quarkspeise ^(g)  	<ul style="list-style-type: none"> • Grünkohl mit Kartoffeln und Mettenden ^(a, l) • Vanillepudding ^(g)  
Menü 2	<ul style="list-style-type: none"> • Kürbis Falafel mit Bulgur-Gemüse-Pfanne und Sourcreme Dip ^(g) • Sandwich Eis ^(a, g, f, a1)  	<ul style="list-style-type: none"> • Blumenkohlcreme-Suppe mit Baguette ^(a, g) • Müsliriegel ^(e, a, g, h)  	<ul style="list-style-type: none"> • Kartoffeltasche mit Frischkäse-Kräuter Füllung und Rote Beete ^(g) • Quarkspeise ^(g)  	<ul style="list-style-type: none"> • Pfannkuchen mit Apfelmus ^(c, a, g, a1) • Vanillepudding ^(g)  

Glutenhaltiges Getreide =a, Weizen=a1, Roggen=a2, Gerste=a3, Hafer=a4, Krebstiere=b, Eier=c, Fische=d, Erdnüsse=e, Sojabohnen= f, Milch (einschließlich Laktose)=g, Schalenfrüchte= h , Mandeln=h1, Haselnüsse=h2, Walnüsse=h3, Kaschunüsse=h4, Pecannüsse=h5, Paranüsse=h6, Pistazien=h7, Macadamianüsse=h8, Sellerie=i, Senf=j, Sesamsamen=k, Schwefeldioxid und Sulphite >10mg/kg oder 10mg/l=l, Lupinen=m, Weichtiere=n, Farbstoff=1, konserviert=2, Antioxidationsmittel= 3, Geschmacksverstärker=4, geschwefelt=5, Phosphat=8, Süßungsmittel=9, unter Schutzatmosphäre verpackt = 15, mit Zucker und Süßungsmittel=37

Änderungen vorbehalten

Die Abrechnung und Bestellung erfolgt über Mensa Max.
Nähere Informationen erhalten Sie in ihrem Schulsekretariat.



Mo, 04.03.2024

Di, 05.03.2024

Mi, 06.03.2024

Do, 07.03.2024

Menü 1

- Seelachsfilet mit Petersilienkartoffeln und Remoulade (c, a, g, j, a1)
- Obst



- Rinderfrikadelle mit Kartoffeln an Bratensauce und Eisbergsalat (c, a, g, i, j)
- Mandarinenquark (g)



- Veggie Tag (siehe Menü2)



- Hühnerfrikassee und Erbsen/Möhren, dazu Reis
- Schokoladenpudding (g)



Menü 2

- Nudeln mit Vegetarischer Bolognese (c, a, a1)
- Obst



- Vales Schnitzel mit Kartoffeln an Kräuterquark (c, a, a4, g, a1)
- Mandarinenquark (g)



- Tortellini Ricotta mit Spinat in Mozzarella-Soße (c, a, g, a1)
- Stracciatella-Jogurt (g)



- Kartoffelpuffer mit Apfelmus (c, a, a1)
- Schokoladenpudding (g)



Glutenhaltiges Getreide =a, Weizen=a1, Roggen=a2, Gerste=a3, Hafer=a4, Krebstiere=b, Eier=c, Fische=d, Erdnüsse=e, Sojabohnen= f, Milch (einschließlich Laktose)=g, Schalenfrüchte= h , Mandeln=h1, Haselnüsse=h2, Walnüsse=h3, Kaschunüsse=h4; Pecannüsse=h5, Paranüsse=h6, Pistazien=h7, Macadamianüsse=h8, Sellerie=i, Senf=j, Sesamsamen=k, Schwefeldioxid und Sulphite >10mg/kg oder 10mg/l=l, Lupinen=m, Weichtiere=n, Farbstoff=1, konserviert=2, Antioxidationsmittel= 3, Geschmacksverstärker=4, geschwefelt=5, Phosphat=8, Süßungsmittel=9, unter Schutzatmosphäre verpackt = 15, mit Zucker und Süßungsmittel=37

Änderungen vorbehalten

Die Abrechnung und Bestellung erfolgt über Mensa Max.
Nähere Informationen erhalten Sie in ihrem Schulsekretariat.



	Mo, 11.03.2024	Di, 12.03.2024	Mi, 13.03.2024	Do, 14.03.2024
Menü 1	<ul style="list-style-type: none"> • Käsecremesuppe mit Rinderhack und Roggenbrötchen (a3, a, a4, g, a2, a1) • Wackelpudding (g)  	<ul style="list-style-type: none"> • Geflügel-Currywurst mit Kartoffelecken und Gurkensalat (g, i, j) • Schokoladencreme (g)  	<ul style="list-style-type: none"> • Seelachs in Kartoffelpanade und Püree (d, a, g, a1) • Salat (g) • Eis (g)  	<ul style="list-style-type: none"> • Rindfleisch Suppe mit Einlage und Baguette • Vanillecreme (g)  
Menü 2	<ul style="list-style-type: none"> • Blumenkohlkäse-Bratling mit Reis und Rahmsauce (a, g, a1) • Wackelpudding (g)  	<ul style="list-style-type: none"> • Broccolicreme-Suppe mit Brötchen (a, g, a2, a1) • Schokoladencreme (g)  	<ul style="list-style-type: none"> • Gnocchi in Tomaten-Kräutersauce (a, g, a1) • Salat (g) • Eis (g)  	<ul style="list-style-type: none"> • Steckrüben-Rösti mit Kartoffeln und Butter-Soße (c, a, a4, g, i) • Vanillecreme (g)  

Glutenhaltiges Getreide =a, Weizen=a1, Roggen=a2, Gerste=a3, Hafer=a4, Krebstiere=b, Eier=c, Fische=d, Erdnüsse=e, Sojabohnen= f, Milch (einschließlich Laktose)=g, Schalenfrüchte= h , Mandeln=h1, Haselnüsse=h2, Walnüsse=h3, Kaschunüsse=h4; Pecannüsse=h5, Paranüsse=h6, Pistazien=h7, Macadamianüsse=h8, Sellerie=i, Senf=j, Sesamsamen=k, Schwefeldioxid und Sulphite >10mg/kg oder 10mg/l=l, Lupinen=m, Weichtiere=n, Farbstoff=1, konserviert=2, Antioxidationsmittel= 3, Geschmacksverstärker=4, geschwefelt=5, Phosphat=8, Süßungsmittel=9, unter Schutzatmosphäre verpackt = 15, mit Zucker und Süßungsmittel=37

Änderungen vorbehalten

Die Abrechnung und Bestellung erfolgt über Mensa Max.
Nähere Informationen erhalten Sie in ihrem Schulsekretariat.