Waldorfschule Lensahn

24.01. - 28.01.2022

	Menü	Auswahlmenü	Dessert/ Beigabe
MO.	Holsteiner Kartoffelsuppe [9,10] mit Wursteinlage [10,18], S	Kürbis-Gemüse-Ragout mit Kokosmilch und Curry, geröstete Kerne, Mehrkornbaguette	Tagesdessert zu jedem Menü
DI.	Tortellini Tricolore [1,3,7, 13] mit Käse-Champignonsoße [7,13] oder Tomatensoße	Tortellini Tricolore [1,3,7,13] mit Käse-Champignonsoße [7,13] oder Tomatensoße	
MI.	Hähnchen-Currygeschnetzeltes [7,13] , Reis, Möhren-Apfelsalat	Getreide-Gemüsebratlinge [1,3] , Kartoffelstampf [7,13] Butterbohnen	
DO.	Gemüsecremesuppe [7,13] mit Croutons [1], Milchreis mit Kirschen, Zimt und Zucker	Kürbis-Falafel [1], Reis ,Kichererbsenhumus, Korianderdip [7,13] , Krautsalat	
FR.	Fischfrikadelle [1,3,10] mit Kartoffelpüree [7,13] Möhren-Kohlrabigemüse	Kartoffel-Broccoli-Blumenkohl-Auflauf mit Kernen und Käse[7,13] überbacken	

Täglich gibt es außerdem einen Salatteller mit Brot für 2,50 € oder eine Portion Müsli mit Milch bzw. einer vegetarischen Alternative für 2,00 €.

Preise: Menü mit Fleisch/Fisch: Schüler = 4,00 Euro // Eltern, Lehrkräfte = 5,00 Euro // Externe Gäste = 6,00 Euro. Vegetarisches Menü: Schüler = 3,50 Euro // Eltern, Lehrkräfte = 4,50 Euro // Externe Gäste = 6,00 Euro
Die Mensa bietet auch einen Mittagstisch in Lensahn für externe Gäste von Montag bis Freitag zwischen 11.30 Uhr und 13.30 Uhr. Kostenloser Parkplatz direkt am Haus. Essen gibt es solange der Vorrat reicht.

Informationen zu eventuell enthaltenen Allergenen und Zusatzstoffen sowie Hinweise erhalten Sie bei unserem Mensapersonal

Allergene: 0 = ohne Allergen, 1 = Gluten, 2 = Krebstiere, 3 = Ei, 4 = Fisch, 5 = Erdnüsse, 6 = Soja, 7 = Milchprodukte, 8 = Schalenfrüchte (Walnuss, Haselnuss etc.), 9 = Sellerie, 10 = Senf, 11= Sesamsamen, 12 = Schwefeldioxid und Sulfate, 13 = Laktose, 14 = Lupine, 15 = Weichtiere

Zusatzstoffe: 16 = mit Farbstoff, 17 = mit Konservierungsstoffe, 18 = mit Antioxidationsmittel , 19 = mit Geschmacksverstärker , 20 = geschwefelt , 21= geschwärzt, 22 = gewachst, 23 = mit Phosphat, 24 = mit Süßungsmitteln , 25=enthälteinePhenylalaninquelle,26=StärkebeiFleischprodukten, 27=Carrageen(E407/inSahne)

Hinweise: B = Bio, VK = Vollkorn, S = Schwein, R = Rind, V = vegetarisch, V+ = Vegan anmelden, MSC = zertifizierte nachhaltige Fischerei

Änderungen des Speiseplanes nach Angebot und Marktlage vorbehalten