

MLH M Speiseplan - KW 10 (07.03 - 13.03)

MLH M



Montag 07.03.2022	Dienstag 08.03.2022	Mittwoch 09.03.2022	Donnerstag 10.03.2022	Freitag 11.03.2022
Essen vegetarisch Kartoffelgratin mit Brokkoli und Blumenkohl (C, CDS, CDS, CPT, F, G, L) int. 4,20 € / ext. 6,30 €	Essen vegetarisch Spinatstrudel mit Hirtenkäse, Kräuterdip, Beilagensalat (A, C, CAO, CDS, CDS, F, G, L, M, O, UW) int. 4,20 € / ext. 6,30 €	Essen vegetarisch Saisonales Gemüse, Tomatensugo, Drillinge (CDS, CDS, F, G, H, L, O, SA) int. 4,20 € / ext. 6,30 €	Essen vegetarisch "Pierogi ruskie" Schnittlauchrahmsauce, Kirschtomaten, Grana Padano (A, C, CDS, CDS, CPP, F, G, L, UW) int. 5,10 € / ext. 7,65 €	Essen I Senf-Eier, Senfsauce (A, C, CAO, F, G, L, M, O, UW) int. 2,05 € / ext. 3,08 €
Essen II Spießbraten, Senf-Thymiansauce (A, G, L, M, O, UW) int. 3,00 € / ext. 4,50 €	Essen I Spanische Reis-Hackfleischpfanne, Korianderdip (BLD, F, G, L) int. 3,50 € / ext. 5,25 €	Essen I Linseneintopf, Bockwurst (CAO, CPP, CPT, F, L) int. 3,50 € / ext. 5,25 €	Essen I Bratwurst, Jus (CAO, CPP, CPT, L, M) int. 2,60 € / ext. 3,90 €	Essen II Alaska Seelachsfilet im Sesammantel, Curry-Remoulade (A, C, CDS, CDS, CSW, CZS, D, G, L, M, N, UW) int. 3,80 € / ext. 5,70 €
Essen III Red Thai Curry aus dem Wok, Hähnchenbrust, Wokgemüse, Erdnüsse, Basmatireis (A, CAO, D, F, G, H, L, M, N, SC, UW) int. 7,50 € / ext. 11,25 €	Essen II Schweineschnitzel, Jägersauce (A, C, F, G, L, M, UW) int. 4,50 € / ext. 6,75 €	Essen II Hähnchenbrust, Currysauce mit Früchten (A, CDS, CDS, CSW, CZS, F, G, GB, L, M, UW) int. 3,60 € / ext. 5,40 €	Essen II Fagottini "Pomodoro", Basilikumsauce, Babyspinat, Kirschtomaten, Grana Padano (A, C, CDS, CDS, CPP, F, G, L, UW) int. 5,20 € / ext. 7,80 €	Essen III Penne Rigate, Basilikumpesto, Pinienkerne, Cherrytomaten, Babyspinat, Grana Padano (A, C, CDS, CDS, CPP, G, L, M, UW) int. 6,50 € / ext. 9,75 €
Gemüse 1 Brokkoli (CDS, CDS, F, G, H, L, SA) int. 1,30 € / ext. 1,95 €	Gemüse 1 Karotten-Erbsengemüse (A, G, UW) int. 0,85 € / ext. 1,28 €	Aktion Essen I Cheeseburger mit Bacon, Kartoffelwedges, Schmanddip, Coleslaw (A, C, CAO, CDS, CDS, CPP, CPT, CSW, CZS, F, G, L, M, N, UW) int. 8,50 € / ext. 12,75 €	Essen III Gebratene Mienudeln, Currysud, Black-Tiger Garnelen, Sojasprossen, Gemüse, Koriander (A, B, C, CAO, D, F, G, L, M, N, UW) int. 8,30 € / ext. 12,45 €	Aktion Essen I Reis-Gemüsepfanne (A, CAO, CPP, F, L, M, N, UW) int. 4,50 € / ext. 6,75 €
Stärkebeilage 1 Salzkartoffeln (CAO, O) int. 0,60 € / ext. 0,90 €	Stärkebeilage 1 Pommes Frites int. 1,00 € / ext. 1,50 €	Gemüse 1 Gebratenes Gemüse (CAO) int. 1,30 € / ext. 1,95 €	Aktion Essen I Hausgemachte Waffeln, Kirschen (A, C, G, UW) int. 3,50 € / ext. 5,25 €	Gemüse 1 Blattspinat in Rahm (F, G, L) int. 1,10 € / ext. 1,65 €
Stärkebeilage 2 Basmatireis int. 1,00 € / ext. 1,50 €	Stärkebeilage 2 Petersilienkartoffeln (CAO, O) int. 0,60 € / ext. 0,90 €	Stärkebeilage 1 Kartoffelwedges (A, CPT, L, UW) int. 1,10 € / ext. 1,65 €	Gemüse 1 Sauerkraut (A, CAO, CPP, CPT, G, L, M, O, UW) int. 0,85 € / ext. 1,28 €	Stärkebeilage 1 Kartoffeln (CAO, G, O) int. 0,60 € / ext. 0,90 €
				Stärkebeilage 2

Stärkebeilage 2
Reis
int. 0,60 € / ext. 0,90 €

Gemüse 2
Buntes Gemüse
(CAO)
int. 1,30 € / ext. 1,95 €

Reis
int. 0,60 € / ext. 0,90 €

Stärkebeilage 1
Salzkartoffel
(CAO, O)
int. 0,60 € / ext. 0,90 €