

MLH M Speiseplan - KW 38 (19.09 - 25.09)

MLH M



Montag 19.09.2022	Dienstag 20.09.2022	Mittwoch 21.09.2022	Donnerstag 22.09.2022	Freitag 23.09.2022
Essen vegetarisch Spanische Reispfanne & Hirtenkäse, Kräuter-Quarkdip mit Chili (B, CAO, CDS, CDS, F, G, L, M) int. 3,50 € / ext. 5,25 €	Essen vegetarisch Grünkern-Gemüsepfanne, Gurken- Radieschendip (A, CAO, G, GS, O, UW) int. 4,20 € / ext. 6,30 €	Essen vegetarisch 2 Zucchini-Schiffchen gefüllt mit Reis & Gemüse dazu Tomaten-Salsadip (A, CDS, CDS, CPP, G, L, O, UW) int. 4,50 € / ext. 6,75 €	Essen vegetarisch Vegetarische Maultaschen, Kräuterrahmsauce, Babyspinat, Sonnenblumenkerne, Grana Padano (A, C, CPP, F, G, L, UW) int. 4,50 € / ext. 6,75 €	Essen vegetarisch Gebackener Camembert, Preiselbeeren, Baguette (A, C, CDS, CDS, F, G, M, UW) int. 3,50 € / ext. 5,25 €
Essen I Köttbullar "Schwedische Hackfleischbällchen", Jägersauce (A, C, F, G, L, M, UW) int. 3,50 € / ext. 5,25 €	Essen I Tandoori-Sesam-Hähnchenkeule, Sojasauce mit Honig (A, CAO, CDS, CDS, F, G, N, UW) int. 2,60 € / ext. 3,90 €	Essen I Chili con carne, Schmand, Koriander (CAO, F, L) int. 3,50 € / ext. 5,25 €	Essen I Düsseldorf Senfrostbraten, Jus (L, M) int. 2,80 € / ext. 4,20 €	Essen I Gnocchi-Gemüsepfanne, Kräuterdip (A, CDS, CDS, G, L, UW) int. 4,20 € / ext. 6,30 €
Essen II 1 Stück Schellfisch "gebacken" dazu Senfsauce (A, CAO, D, F, G, L, M, O, UW) int. 3,80 € / ext. 5,70 €	Essen II Rindergulaschsuppeneintopf, Fladenbrot (A, G, N, UW) int. 4,50 € / ext. 6,75 €	Essen II Gebratene Hähnchenbrust, Paprika- Zwiebelsauce (A, G, UW) int. 4,50 € / ext. 6,75 €	Essen II Putengeschnetzeltes "Zürcher Art" (A, G, L, M, O, UW) int. 4,20 € / ext. 6,30 €	Essen II Heringsstippe, Kartoffeln (C, D, G, M) int. 3,50 € / ext. 5,25 €
Essen III Nudelauflauf "Blattspinat" & Gouda (A, CDS, CDS, G, L, UW) int. 3,80 € / ext. 5,70 €	Essen III 3 Erlei Pasta mit Tomatensoße & Hartkäse (A, C, CDS, CDS, CPP, F, G, L, M, O, UW) int. 4,50 € / ext. 6,75 €	Essen III Gulaschsuppeneintopf (A, G, UW) int. 4,50 € / ext. 6,75 €	Essen III 3Erlei Pasta Nudelauflauf "Vegetarisch" mit Gouda (A, CDS, CDS, F, G, L, O, UW) int. 3,80 € / ext. 5,70 €	Essen III Gegrillte Spare-Ribs, Barbecuesauce, Süßkartoffelpommes, Weißkrautsalat (A, CAO, CDS, CDS, CPP, G, L, M, N, O, UW) int. 8,50 € / ext. 12,75 €
Gemüse 1 Ingwer Karotten (F, G, L) int. 1,30 € / ext. 1,95 €	Aktion Essen I Nudelauflauf mit Gemüse & Tomatensoße (A, CDS, CDS, G, L, UW) int. 3,80 € / ext. 5,70 €	Aktion Essen I Nudelauflauf mit Gemüse & Gouda (A, CDS, CDS, G, L, UW) int. 3,80 € / ext. 5,70 €	Aktion Essen I Chili Con Carne (CAO, F, L) int. 3,50 € / ext. 5,25 €	Gemüse 1 Gebratenes Gemüse (CAO) int. 1,30 € / ext. 1,95 €
Stärkebeilage 1 Pommes Frites int. 1,00 € / ext. 1,50 €	Gemüse 1 Romanesco (CDS, CDS, G) int. 0,85 € / ext. 1,28 €	Gemüse 1 Brokkoli (CDS, CDS, F, G, H, L, SA) int. 1,30 € / ext. 1,95 €	Gemüse 1 Marktgemüse (A, CDS, CDS, F, G, L, UW) int. 1,30 € / ext. 1,95 €	Stärkebeilage 1 Kartoffeln (CAO, O) int. 0,60 € / ext. 0,90 €
Stärkebeilage 2 Rosmarinkartoffeln int. 1,00 € / ext. 1,50 €		Stärkebeilage 1 Kurkuma-Reis (G)	Stärkebeilage 1 Basmatireis	Stärkebeilage 2 Süßkartoffelpommes (CDS, CDS, N)

Stärkebeilage 3 Reis (G) int. 0,65 € / ext. 0,98 €	Stärkebeilage 1 Basmatireis int. 1,00 € / ext. 1,50 €	int. 0,60 € / ext. 0,90 €	int. 1,00 € / ext. 1,50 €	int. 2,00 € / ext. 3,00 €
Dessert 1 Vanille Quark, Schokolade (CDS, CDS, G) int. 1,50 € / ext. 2,25 €	Stärkebeilage 2 Rosmarinkartoffeln int. 1,00 € / ext. 1,50 €	Stärkebeilage 2 Kartoffelpüree (CAO, CDS, CDS, G, O) int. 1,30 € / ext. 1,95 €	Stärkebeilage 2 Bratkartoffeln int. 1,00 € / ext. 1,50 €	Dessert 1 Panna Cotta (G) int. 1,00 € / ext. 1,50 €
	Dessert 1 Milchreis, Kirschen (G) int. 1,50 € / ext. 2,25 €	Stärkebeilage 3 Rosmarindrillinge int. 1,00 € / ext. 1,50 €	Stärkebeilage 3 Gemüsereis (CDS, CDS, CPP, F, L) int. 1,00 € / ext. 1,50 €	
		Dessert 1 Obstsalat, Sauce Vanille (CDS, CDS, G) int. 1,50 € / ext. 2,25 €	Dessert 1 Schokopudding, Früchte (G) int. 1,50 € / ext. 2,25 €	