

# MLH M Speiseplan - KW 46 (13.11 - 19.11)

MLH M



Montag 13.11.2023	Dienstag 14.11.2023	Mittwoch 15.11.2023	Donnerstag 16.11.2023	Freitag 17.11.2023
<b>Essen vegetarisch</b> Blumenkohl-Kichebrerbsen-Curry Basmatireis int. 4,90 € / ext. 7,35 €	<b>Essen vegetarisch</b> Vegetarischer Kartoffelauflauf Winterliches Gemüse int. 4,80 € / ext. 7,20 €	<b>Essen vegetarisch</b> Schupfnudel-Gemüsepfanne Kräuter-Dip-Quark int. 4,50 € / ext. 6,75 €	<b>Essen vegetarisch</b> Asia-Nudeln gebraten Brokkoli Sambal Olek Sojasoße int. 4,50 € / ext. 6,75 €	<b>Essen vegetarisch</b> Reis, gebraten Rührei Sojasoße Winterliches Gemüse Sambal Olek int. 3,80 € / ext. 5,70 €
<b>Aktion Essen II</b> Kohlroulade Speckrahmsoße int. 3,50 € / ext. 5,25 €	<b>Essen I</b> Tortellini Formaggio Hartkäse gerieben Käsesoße Champignonrahmsoße Pesto Olive Tomaten int. 4,80 € / ext. 7,20 €	<b>Essen vegan</b> Vegetarischer Kartoffelauflauf Blumenkohl-Kichebrerbsen-Curry int. 4,00 € / ext. 6,00 €	<b>Essen I</b> halbes Hähnchen Paprika-Tomatensauce int. 4,20 € / ext. 6,30 €	<b>Essen I</b> Seelachsfilet paniert Honig-Senf-Soße int. 4,20 € / ext. 6,30 €
<b>Aktion Essen I</b> Seelachs im Kartoffelmantel Rahmspinat Sauce Hollandaise BT Gouda gerieben int. 3,80 € / ext. 5,70 €	<b>Essen II</b> Paniertes Putenschnitzel Pilzrahmsoße Champignonrahmsoße int. 5,50 € / ext. 8,25 €	<b>Essen I</b> Wirsing-Kartoffeleintopf Frikadelle Linseneintopf mit frischem Gemüse Mettwurst int. 3,80 € / ext. 5,70 €	<b>Essen II</b> Schweinegulasch Puszta int. 3,80 € / ext. 5,70 €	<b>Essen II</b> Gyros Tzatziki Weißkrautsalat Putengyros int. 4,70 € / ext. 7,05 €
<b>Essen I</b> Cannelloni Spinat-Ricotta Tomatensoße Gouda gerieben int. 4,80 € / ext. 7,20 €	<b>Essen III</b> Kaiserschmarrn Dessertsauce Vanillegeschmack Apfelpannkuchen int. 3,80 € / ext. 5,70 €	<b>Essen II</b> Paniertes Putenschnitzel Pilzrahmsoße Gouda gerieben int. 4,90 € / ext. 7,35 €	<b>Essen III</b> Tortellini Formaggio int. 4,50 € / ext. 6,75 €	<b>Essen III</b> halbes Hähnchen int. 3,80 € / ext. 5,70 €
<b>Essen II</b> Kasselerkambraten Rahmsoße int. 3,50 € / ext. 5,25 €	<b>Gemüse 1</b> Winterliches Gemüse int. 2,00 € / ext. 3,00 €	<b>Essen III</b> Geschmorte Gänsekeule Kümmeljus Rotkohl Kartoffelklöße int. 10,50 € / ext. 15,75 €	<b>Gemüse 1</b> Winterliches Gemüse int. 2,00 € / ext. 3,00 €	<b>Gemüse 1</b> Rahmspinat int. 1,10 € / ext. 1,65 €
<b>Essen III</b> Frikadelle, 180 g, Rind/Schwein, TK, STK Rahmsoße int. 3,50 € / ext. 5,25 €	<b>Stärkebeilage 1</b> Pommes frites int. 1,30 € / ext. 1,95 €	<b>Gemüse 2</b> Rotkohl int. 0,90 € / ext. 1,35 €	<b>Stärkebeilage 2</b> Fusilli int. 1,00 € / ext. 1,50 €	<b>Stärkebeilage 1</b> Pommes frites int. 1,30 € / ext. 1,95 €
	<b>Stärkebeilage 2</b>		<b>Dessert 1</b>	<b>Stärkebeilage 2</b> Salzkartoffeln

**Gemüse 1**  
Sauerkraut  
**int. 0,90 € / ext. 1,35 €**

**Stärkebeilage 1**  
Butterkartoffeln  
**int. 0,90 € / ext. 1,35 €**

**Dessert 1**  
Quark Creme mit Vanillegeschmack  
Schokoladensauce  
**int. 1,00 € / ext. 1,50 €**

Basmatireis  
**int. 1,00 € / ext. 1,50 €**

**Dessert 1**  
Quark Creme Kirsche  
**int. 1,00 € / ext. 1,50 €**

**Stärkebeilage 1**  
Kartoffelklöße  
**int. 1,50 € / ext. 2,25 €**

**Stärkebeilage 2**  
Basmatireis  
**int. 1,00 € / ext. 1,50 €**

**Dessert 1**  
Sahnepudding Panna Cotta  
**int. 1,00 € / ext. 1,50 €**

Quark Creme Erdbeere  
**int. 1,00 € / ext. 1,50 €**

**int. 0,90 € / ext. 1,35 €**

**Dessert 1**  
Joghurt  
Schokoraspehn  
**int. 1,00 € / ext. 1,50 €**