

# MLH M Speiseplan - KW 03 (15.01 - 21.01)

MLH M



Montag 15.01.2024	Dienstag 16.01.2024	Mittwoch 17.01.2024	Donnerstag 18.01.2024	Freitag 19.01.2024
<b>Essen vegetarisch</b> Veganes Hühnerfrikassee Reis int. 5,00 € / ext. 7,50 €	<b>Essen vegetarisch</b> Cannelloni Spinat-Ricotta Tomatensoße Gouda gerieben int. 4,50 € / ext. 6,75 €	<b>Essen vegetarisch</b> Vegetarische Lasagne "Bolognese" int. 4,50 € / ext. 6,75 €	<b>Essen vegetarisch</b> Blumenkohl-Käse-Bratling Ebly Gemüsepfanne Hummus int. 5,20 € / ext. 7,80 €	<b>Essen vegetarisch</b> Apfelpfannkuchen Dessertsauce Vanilleschmack Germknödel int. 3,80 € / ext. 5,70 €
<b>Essen vegan</b> Nudel-Gemüse-Gratin Mozzarella gerieben Pesto Kräuter int. 4,50 € / ext. 6,75 €	<b>Essen vegan</b> Kräuterspätzle Babyspinat Rucola Salat Soja-Kräuter-Dip Pesto Basilikum int. 4,80 € / ext. 7,20 €	<b>Aktion Essen I</b> Vegane Frikadelle mit Tomaten- Gemüsesauce und Fussili int. 6,50 € / ext. 9,75 €	<b>Aktion Essen I</b> Veganer Leberkäse mit Zucchini und Kartoffel-Sellerie-Püree int. 6,50 € / ext. 9,75 €	<b>Aktion Essen I</b> Reibekuchen Apfelmus int. 4,00 € / ext. 6,00 €
<b>Aktion Essen I</b> Putensteak Gouda gerieben Grilltomate Pesto Kräuter Rahmsoße int. 4,50 € / ext. 6,75 €	<b>Aktion Essen I</b> Hähnchenkeule int. 3,50 € / ext. 5,25 €	<b>Essen I</b> Linseneintopf mit frischem Gemüse Mettwurst int. 3,80 € / ext. 5,70 €	<b>Essen I</b> Wirsingroulade Speckrahmsoße int. 3,80 € / ext. 5,70 €	<b>Essen I</b> Seelachs im Sesam Sweet Chilisoße int. 3,80 € / ext. 5,70 €
<b>Essen I</b> Hähnchenkeule Paprika-Zwiebel-Soße int. 3,20 € / ext. 4,80 €	<b>Essen I</b> Rostbratwurst Senf-Thymian Jus Azubi Schweinebraten int. 3,80 € / ext. 5,70 €	<b>Essen II</b> Hähnchenknusperschnitzel Sweet-Chilisoße int. 4,60 € / ext. 6,90 €	<b>Essen II</b> Sauerbraten Rheinische Art int. 5,50 € / ext. 8,25 €	<b>Essen II</b> Tortellini Tortellini Ricotta Spinat Carbonara Soße int. 4,80 € / ext. 7,20 €
<b>Essen II</b> Azubi Schweinebraten Schweinebratensoße int. 3,80 € / ext. 5,70 €	<b>Essen II</b> Paella Soja-Kräuter-Dip int. 4,50 € / ext. 6,75 €	<b>Essen III</b> Hirtenkäse gebacken Rosmarin int. 4,50 € / ext. 6,75 €	<b>Essen III</b> Pikantes Wurstgulasch int. 3,50 € / ext. 5,25 €	<b>Essen III</b> Vegetarischer Nudelauflauf mit Gemüsen int. 4,20 € / ext. 6,30 €
<b>Gemüse 1</b>	<b>Gemüse 1</b>	<b>Gemüse 2</b> Brokkoli int. 2,00 € / ext. 3,00 €	<b>Gemüse 1</b> Rotkohl int. 0,90 € / ext. 1,35 €	<b>Gemüse 1</b> Blattspinat in Rahm int. 1,30 € / ext. 1,95 €
<b>Essen III</b> Putengulasch mit Paprika int. 4,50 € / ext. 6,75 €	<b>Essen III</b> Pulled Pork int. 4,20 € / ext. 6,30 €	<b>Gemüse 3</b> Mischgemüse int. 0,90 € / ext. 1,35 €	<b>Stärkebeilage 1</b> Kartoffelklöße int. 1,00 € / ext. 1,50 €	<b>Stärkebeilage 1</b> Dampfkartoffel int. 0,90 € / ext. 1,35 €
<b>Gemüse 1</b>	<b>Gemüse 1</b>	<b>Stärkebeilage 2</b>	<b>Stärkebeilage 2</b>	<b>Stärkebeilage 2</b>

Brokkoli  
int. 2,00 € / ext. 3,00 €

Porree in Rahm  
int. 1,10 € / ext. 1,65 €

Curryreis  
int. 1,00 € / ext. 1,50 €

Dampfkartoffel  
int. 0,90 € / ext. 1,35 €

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

**Stärkebeilage 1**  
Reis  
int. 0,80 € / ext. 1,20 €

**Stärkebeilage 1**  
Kartoffelwedges  
int. 1,30 € / ext. 1,95 €

**Dessert 1**  
Fruchtjoghurt Kirsch  
Dessertsauce Vanillegeschmack  
int. 0,80 € / ext. 1,20 €

**Stärkebeilage 3**  
Fusilli  
int. 1,00 € / ext. 1,50 €

**Stärkebeilage 2**  
Salzkartoffeln  
int. 0,90 € / ext. 1,35 €

**Stärkebeilage 2**  
Dampfkartoffel  
int. 0,90 € / ext. 1,35 €

**Dessert 1**  
Sahnepudding Karamel  
Schokostreusel  
int. 0,80 € / ext. 1,20 €

**Stärkebeilage 3**  
Basmatireis  
int. 1,00 € / ext. 1,50 €

**Dessert 1**  
Sahnepudding Nuss-Nougat  
Krokant  
int. 0,80 € / ext. 1,20 €

**Dessert 1**  
Quark Creme Erdbeere  
Schokostreusel  
int. 0,80 € / ext. 1,20 €