



**von Mo, 20.09.21  
bis Fr, 24.09.21**

**Bestellung bitte Dienstag der Vorwoche bis 13 Uhr! Später eingehende Bestellungen können nur mit Menü A berücksichtigt werden.**

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Menü A</b>	Hühnerfrikassee Spreewälder Art 1 Reis Apfel-Möhrenrohkost	Hähnchenbrustfilet natur Zwiebelsauce R Rahmkohlrabi Salzkartoffeln	Chicken-Nuggets aus reinen Brustfleischstücken (100g) a,a1,a3 Ketchup hausgemachtes Kartoffelpüree g grüner Salat in Zitronen- Joghurtdressing g	Westfälische Kartoffelsuppe S,3,17,g,i Bockwurst S,R,2,3,8,27 Dinkel-Vollkornbrötchen a,a1,a5	paniertes Seelachsfilet a,d,a1 Kräutercreme g Backkartöffelchen Gurken-Tomatensalat
<b>Menü B</b>	Österreichischer Kaiserschmarr'n, gezupfter Eierkuchen dazu Apfelmus 3, 13,a,c,g,a1	Gnocchiauflauf Peperonata mit Tomatensauce, mediteranem Gemüse und Käse überbacken 1, 27,c,g,l bunten Salat Joghurt- Kräuter dressing c,g,j	Pierogi Ruski, Polnisch- Russische Spezialität (Nudeltaschen mit Kartoffel-Quarkfüllung) 13,a,c,g Creme fraich Sauce g grüner Salat in Zitronen- Joghurtdressing g	Gemüsepuffer a,c,a1 Joghurtdip g Curry-Bulgur mit Cashewkernen a,g,h,i,a1,h4 bunten Salat fruchtiger Vinaigrette i,j,l	Spitzkohl - Kartoffelaufguss mit Eiern und Nüssen in einer herzhaften Senf- Sahnesoße überbacken a,c,g,h,i,j,a1,h2 Gurken-Tomatensalat
<b>Menü C</b>	Vollkornnudeln a,a1 Tomaten-Käsesoße Parmerosa 1,2,g,i Apfel-Möhrenrohkost	Vollkornnudeln a,a1 Tomaten-Käsesoße Parmerosa 1,2,g,i bunten Salat Joghurt- Kräuter dressing c,g,j	Vollkornnudeln a,a1 Tomaten-Käsesoße Parmerosa 1,2,g,i grüner Salat in Zitronen- Joghurtdressing g	Vollkornnudeln a,a1 Tomaten-Käsesoße Parmerosa 1,2,g,i bunten Salat fruchtiger Vinaigrette i,j,l	Vollkornnudeln a,a1 Tomaten-Käsesoße Parmerosa 1,2,g,i Gurken-Tomatensalat
	<b>Dessert</b>	<b>Dessert</b>	<b>Dessert</b>	<b>Dessert</b>	<b>Dessert</b>

- S mit Schweinefleisch
- R mit Rindfleisch
- 1 mit Farbstoff
- 2 mit Konservierungsstoff
- 3 mit Antioxidationsmittel
- 8 mit Phosphat
- 13 mit Milcheiweiß
- 17 mit Nitritpökelsalz
- 27 unter Schutzatmosphäre verpackt
- a Gluten
- c Eier
- d Fisch
- g Milch
- h Nüsse
- i Sellerie
- j Senf
- l SO2
- a1 Weizen
- a3 Gerste

Alle Speisen werden mit jodiertem Speisesalz hergestellt  
**Selbstverständlich werden alle unsere Gerichte ohne Geschmacksverstärker hergestellt**  
**Wir verwenden kein Formfleisch !**  
 Technologisch unvermeidbare geringfügige Spuren allergener Stoffe, die unbeabsichtigt während der Produktion, Lagerung oder dem Transport in das Produkt gelangen können , können nicht ausgeschlossen werden!



# Mensa Stiftung Minden gemeinnützige GmbH

---

[www.mensa-stiftung-minden.de](http://www.mensa-stiftung-minden.de)



- a5 Dinkel
- h2 Haselnüsse
- h4 Kaschunüsse



mit Schweinefleisch



vegetarisch

Speise / Komponente	Allergene												
Hühnerfrikassee Spreewälder Art, Butterreis, Apfel-Möhrenrohkost									SO <sub>2</sub>				
Hühnerfrikassee Spreewälder Art									SO <sub>2</sub>				
Chicken-Nuggets aus reinen Brustfleischstücken (100g), Ketchup, hausgemachtes Kartoffelpüree, grüner Salat in Zitronen-Joghurt dressing													
Chicken-Nuggets aus reinen Brustfleischstücken (100g)													
hausgemachtes Kartoffelpüree													
grüner Salat in Zitronen-Joghurt dressing													
Westfälische Kartoffelsuppe, Bockwurst, Dinkel-Vollkornbrötchen													
Westfälische Kartoffelsuppe													
Dinkel-Vollkornbrötchen													
paniertes Seelachsfilet, Kräutercreme, Backkartoffelchen, Gurken-Tomatensalat													
paniertes Seelachsfilet													
Kräutercreme													
Österreichischer Kaiserschmarr'n, gezupfter Eierkuchen dazu Pflaumenkompott													
Österreichischer Kaiserschmarr'n, gezupfter Eierkuchen dazu Apfelmus													
Gnocchиаufauf mit Tomatensauce, mediterranem Gemüse und Käse überbacken, bunten Salat, Joghurt-Kräuter dressing								SO <sub>2</sub>					
Gnocchиаufauf Peperonata mit Tomatensauce, mediterranem Gemüse und Käse überbacken								SO <sub>2</sub>					
Joghurt-Kräuter dressing													
Pierogi Ruski, Polnisch-Russische Spezialität (Nudeltaschen mit Kartoffel-Quarkfüllung), Creme fraich Sauce , grüner Salat in Zitronen-Joghurt dressing													
Pierogi Ruski, Polnisch-Russische Spezialität (Nudeltaschen mit Kartoffel-Quarkfüllung)													
Creme fraich Sauce													
grüner Salat in Zitronen-Joghurt dressing													
Gemüsepuffer, Joghurt dip, Curry-Bulgur mit Cashewkernen, bunten Salat, fruchtiger Vinaigrette								SO <sub>2</sub>					
Gemüsepuffer													
Joghurt dip													
Curry-Bulgur mit Cashewkernen													
fruchtiger Vinaigrette								SO <sub>2</sub>					



# Mensa Stiftung Minden gemeinnützige GmbH



Spitzkohl - Kartoffelauflauf mit Eiern und Nüssen in einer herzhaften Senf-Sahnesoße überbacken, Gurken-Tomatensalat											<a href="http://www.mensa-stiftung-minden.de">www.mensa-stiftung-minden.de</a>		
Spitzkohl - Kartoffelauflauf mit Eiern und Nüssen in einer herzhaften Senf-Sahnesoße überbacken													
Vollkornnudeln, Tomaten-Käsesoße Parmerosa, Apfel-Möhrenrohkost													
Vollkornnudeln													
Tomaten-Käsesoße Parmerosa													
Vollkornnudeln, Tomaten-Käsesoße Parmerosa, bunten Salat, Joghurt-Kräuterdressing													
Vollkornnudeln													
Tomaten-Käsesoße Parmerosa													
Joghurt-Kräuterdressing													
Vollkornnudeln, Tomaten-Käsesoße Parmerosa, grüner Salat in Zitronen-Joghurdressing													
Vollkornnudeln													
Tomaten-Käsesoße Parmerosa													
grüner Salat in Zitronen-Joghurdressing													
Vollkornnudeln, Tomaten-Käsesoße Parmerosa, bunten Salat, fruchtiger Vinaigrette													
Vollkornnudeln													
Tomaten-Käsesoße Parmerosa													
fruchtiger Vinaigrette													
Vollkornnudeln, Tomaten-Käsesoße Parmerosa, Gurken-Tomatensalat													
Vollkornnudeln													
Tomaten-Käsesoße Parmerosa													

- Gluten
- Eier
- Fisch
- Milch
- Nüsse
- Sellerie
- Senf
- SO<sub>2</sub>
- Weizen
- Gerste
- Dinkel
- Haselnüsse
- Kaschunüsse