## Mensa Furtwangen

| | Montag 30.11. | Dienstag 01.12. | Mittwoch 02.12. | Donnerstag 03.12. | Freitag 04.12. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Essen 1** | Blätterteigschnitte mit Hetaxkäse und Spinat<br>Kräuter-Joghurtdip<br>Bulgur mit Zucchini und Tomaten<br>Gl,GlW,Ei,ML | Linsen-Bolognese<br>Spaghetti<br>Ruccolapesto<br>Geriebener Hartkäse<br>Beilagensalat oder Apfel<br>4<br>Gl,Sn,ML,Se,GlW | Halloumi-Bowl mit schwarzen Linsen<br>Rote Bete-Hummus , Gurkensalat<br>Zitronenbulgur , Tomaten-Olivenragout<br>Scharfe Zwiebeln , Schafskäse Topping ,<br>Baguette<br>4,5,6<br>Ei,GlW,Sn,Sf,Sa,ML,Gl | Tortellini gefüllt mit Ricotta und Spinat<br>Basilikum-Käsesauce<br>Frühlingszwiebel, Tomatenwürfel und<br>geriebener Emmentaler<br>Beilagensalat oder Apfel<br>4<br>Sn,ML,GlW,Gl | Kürbiscurry mit Soja Chunks<br>Korianderpesto<br>Basmatireis<br>Naan Brot<br>Beilagensalat oder Apfel<br>4<br>GlW,Sn,So,Gl,GlH |
| **Essen 2** | Zitronen-Ingwerhähnchen<br>Bratensauce<br>Fusilli<br>Ratatouille<br>gfl,4<br>Sf,GlW,Gl | Hirschgulasch<br>Wacholdersauce<br>Semmelknödel<br>Apfelrotkraut<br>4,5,alc,lw<br>Ei,Gl,GlW,ML,Sf | Putensteak Griechische Art<br>Zaziki<br>Couscous mit Gemüse, Oliven und Schafskäse<br>Beilagensalat oder Apfel<br>gfl,5,6<br>Sn,ML,GlW,Gl | Rindergeschnetzeltes<br>Stroganoff<br>Hörnlenudeln<br>Brechbohnen<br>ri,alc,9,5,4<br>Sf,ML,GlW,Gl,Ei | Schlemmerfilet Bordelaise<br>Weißweinsauce<br>Butterreis<br>Zucchiniragout<br>alc,nF,4<br>Se,Sf,ML,GlW,Gl,Fi,Ei |

vegetarisch pflanzlich auf Wunsch pflanzlich

**Kennzeichnungen/Zusatzstoffe:** 4: mit Farbstoff, 5: mit Antioxidationsmittel, 6: mit Konservierungsstoff, 7: geschwefelt, 9: mit Süßungsmittel, alc: mit Alkohol, gfl: mit Geflügel, lw: mit Lamm oder Wild, nF: aus nachhaltigem Fischfang, ri: mit Rindfleisch, sch: mit Schwein

**enthält Allergene:** Ei: Eier, Fi: Fisch, Gl: GLUTENHALTIGES Getreide, GlG: Gerste, GlH: Hafer, GlR: Roggen, GlW: Weizen, ML: Milch/Laktose, Sa: Sesam, Se: Sellerie, Sf: Schwefeldioxid/Sulfite, Sn: Senf, So: Soja

Die Spuren der Allergene sind in der Kennzeichnung nicht berücksichtigt. Bitte beachten Sie diesbezüglich die gesonderten Allergenhinweise auf unserer Homepage. Änderungen vorbehalten. Bei Fragen hierzu wenden Sie sich gerne an unser Personal.

Die Preise sind auf dem Tagesplan ausgewiesen.