

# Speiseplan der Mensa des Schulzentrums Salzgitter-Lebenstedt/Süd (Emil-Langen-Realschule und Kranich-Gymnasium)

Abbestellungen sind online bis 17 Uhr des Vortages oder per Telefon bis 9 Uhr des Bestelltages unter (0 53 41) 839 - 7530 möglich

(S) = Schwein (G) = Geflügel (F) = Fisch (R) = Rind (V) = vegetarisch	<b>Montag</b> <b>16.10.</b> <small>Rossow</small>	<b>Dienstag</b> <b>17.10.</b> <small>Rossow</small>	<b>Mittwoch</b> <b>18.10.</b> <small>Rossow</small>	<b>Donnerstag</b> <b>19.10.</b> <small>Poschadel/ Junghans</small>	<b>Freitag</b> <b>20.10.</b> <small>Poschadel/ Junghans</small>
<b>Menü I</b> 3,90 € Vollzahler 2,90 € Schüler	Bandnudeln à la Carbonara (mit Schinken) 1, 3, 7 (S)	Hühnerfrikassee mit Reis 3, 7 (G)	Fisch-Schlemmerfilet mit Kartoffelbrei und Mischgemüse 1, 3, 4, 7, 9, 12 (F)	Paprika-Suppe mit Baguette <small>(mit Paprika, Kartoffeln, Möhren, Geflügelfleischwurst)</small> 1, 3, 6, 7, 9, 10 (G)	wegen der geringen Bestellungen an Freitagen bieten wir freitags nur die Nudelgerichte (Menü III), Salate und die Zusatzangebote laut Aushang an.
<b>Menü II</b> 3,60 € Vollzahler 2,60 € Schüler	Herzhafter Kartoffelauflauf mit Brokkoli 1, 3, 7 (V)	Mozzarella- Ofen-Spaghetti 1, 3, 6, 7 (V)	Milchreis mit Kirschoße und/oder Zimt und Zucker 1, 7 (V)	Backcamembert mit Preiselbeeren im Pflirsich auf Toast 1, 3, 7 (V)	
<b>Menü III</b> 3,40 € Vollzahler 2,60 € Schüler	Nudeln mit Tomaten-, Käse-Sahnesoße oder Pesto <small>(Auswahl wie im Webmenü)</small> 1, 3, 7, bei Pesto auch 8	Nudeln mit Tomaten-, Käse-Sahnesoße oder Pesto <small>(Auswahl wie im Webmenü)</small> 1, 3, 7, bei Pesto auch 8	Nudeln mit Tomaten-, Käse-Sahnesoße oder Pesto <small>(Auswahl wie im Webmenü)</small> 1, 3, 7, bei Pesto auch 8	Nudeln mit Tomaten-, Käse-Sahnesoße oder Pesto <small>(Auswahl wie im Webmenü)</small> 1, 3, 7, bei Pesto auch 8	
<b>Salat</b> 3,40 € VZ 2,60 € Sch. <b>Salat Plus 2</b> 4,40 € VZ 3,40 € Sch. <b>Salat Plus 3</b> 4,60 € VZ 3,80 € Sch. <b>Salat Plus 4</b> 4,90 € VZ 4,20 € Sch.	<b>großer gem. Salat*</b> <small>(Eisberg, Tomate, Gurke o.n. Saison)</small> gr. gem. Salat plus 2 Zutaten nach Wahl (siehe unten) gr. gem. Salat plus 3 Zutaten nach Wahl (siehe unten) gr. gem. Salat plus 4 Zutaten nach Wahl (siehe unten)	<b>großer gem. Salat*</b> <small>(Eisberg, Tomate, Gurke o.n. Saison)</small> gr. gem. Salat plus 2 Zutaten nach Wahl (siehe unten) gr. gem. Salat plus 3 Zutaten nach Wahl (siehe unten) gr. gem. Salat plus 4 Zutaten nach Wahl (siehe unten)	<b>großer gem. Salat*</b> <small>(Eisberg, Tomate, Gurke o.n. Saison)</small> gr. gem. Salat plus 2 Zutaten nach Wahl (siehe unten) gr. gem. Salat plus 3 Zutaten nach Wahl (siehe unten) gr. gem. Salat plus 4 Zutaten nach Wahl (siehe unten)	<b>großer gem. Salat*</b> <small>(Eisberg, Tomate, Gurke o.n. Saison)</small> gr. gem. Salat plus 2 Zutaten nach Wahl (siehe unten) gr. gem. Salat plus 3 Zutaten nach Wahl (siehe unten) gr. gem. Salat plus 4 Zutaten nach Wahl (siehe unten)	<b>großer gem. Salat*</b> <small>(Eisberg, Tomate, Gurke o.n. Saison)</small> gr. gem. Salat plus 2 Zutaten nach Wahl (siehe unten) gr. gem. Salat plus 3 Zutaten nach Wahl (siehe unten) gr. gem. Salat plus 4 Zutaten nach Wahl (siehe unten)
<b>Als Zutaten können ausgewählt werden: Ei, Schinken, Käse, Hirtenkäse, Paprika,</b>					
<b>Dessert groß</b> 1,50 € <b>Dessert klein</b> 1,00 € <small>(klein nur online bestellbar)</small>	Vanillecreme mit Schokostreusel	Quark-Joghurtcreme mit Crunchy	Amarettini-Dessert	Cheese Cream	Weiße Schokomousse mit Fruchtsoße

Zu jedem Menü reichen wir auf Wunsch ein Glas Mineralwasser (mit oder ohne Kohlensäure). Speiseplan vorbehaltlich Änderungen aufgrund aktueller Marktentwicklungen.

Allergene :

- 1 = Glutenhaltiges Getreide und Erzeugnisse daraus
- 2 = Krebse und Erzeugnisse daraus
- 3 = Eier und Erzeugnisse daraus
- 4 = Fisch und Erzeugnisse daraus
- 5 = Erdnüsse und Erzeugnisse daraus

- 6 = Soja und Erzeugnisse daraus
- 7 = Milch Milcheiweiß und Erzeugnisse  
daraus einschl. Laktose
- 8 = Schalenfrüchte und Erzeugnisse daraus
- 9 = Sellerie und Erzeugnisse daraus

- 10 = Senf und Erzeugnisse daraus
- 11 = Sesamsamen und Erzeugnisse daraus
- 12 = Schwefeldioxid und Sulfite
- 13 = Lupine und Erzeugnisse daraus
- 14 = Weichtiere und Erzeugnisse daraus

\* bei Verwendung  
des Joghurt-Dressings  
sind die Allergene  
3, 7, 10 zu beachten.