

## Mensa Backnang Monat Januar 2023

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
02.01.-06.01.2023 KW 1	Menü 1	Ferien	Ferien	Ferien	
	Menü 2	Ferien	Ferien	Ferien	
	Menü 3	Ferien	Ferien	Ferien	
09.01.-13.01.2023 KW 2	Menü 1	Sauerrahmgulasch vom Schwein <S> mit Penne-Nudeln, dazu Erbsen und Karotten, Frisches Stückobst: Birne	Putenschnitzel paniert mit Langkornreis, brauner Rahmsoße und Kaisergemüse aus Karotten, Blumenkohl und Brokkoli, Vanillepudding	Vegetarische Linsensuppe <V>, Eierspätzle und Geflügel Wiener Würstchen	Hähnchengyros mit Zwiebeln <G>, Pommes frites und Kräuterquark, dazu Eisbergsalat mit Joghurt Kräuter Dressing, Quarkdessert Heidelbeere
	Menü 2	Gnocchi mit Käsesoße, Beilagensalat, Frisches Stückobst: Birne	Spaghetti mit Tomatensoße "Italia" <V>, Hartkäse gerieben, Vanillepudding	Vegetarischer Makkaroniaufauf <V>	Apfelstrudel, Vanillesoße, Quarkdessert Heidelbeere
	Menü 3	Fitnesssalat mit Tomaten, Gurken und Backfisch <F>, Frisches Stückobst: Birne	Chefsalat mit Blattsalat, Tomate, Gurke, Schinken, Käse und Brötchen<S>, Vanillepudding	Griechischer Salat mit Fetakäse, schwarzen Oliven und Fladenbrot <V>	Chinasalat mit Frühlingsrolle <V>, Quarkdessert Heidelbeere
16.01.-20.01.2023 KW 3	Menü 1	Panierte Fischstäbchen <F> mit Kartoffelpüree und Rahmspinat	Hühnerfrikassee "Frühlings Art" <G>, Langkornreis, Pudding mit Vanillegeschmack	Herzhaftes Rindergulasch <R>, Salzkartoffeln	Spaghetti mit Bolognese aus Hähnchenfleisch <G> und Hartkäse gerieben, Pudding mit Waldfrüchten
	Menü 2	Kartoffel-Gemüse-Pfanne, Kaisergemüse Naturell, Tomatensoße "Italia" <V>	Blumenkohl-Kartoffelrösti <V> mit Soße "Gärtnerin Art", Kaisergemüse Naturell, Pudding mit Vanillegeschmack	Vegetarisches Chili <V> und Kaiserbrötchen	Tortellini Ricotta-Spinat und Käsesoße, Beilagensalat, Pudding mit Waldfrüchten
	Menü 3	Griechischer Salat mit Fetakäse, schwarzen Oliven und Fladenbrot <V>	Hip Hop Salat bunter Blattsalatmix mit Tomaten, Gurken, roter Paprika, Croutons und Joghurdressing <V>, Pudding mit Vanillegeschmack	Eisbergsalat mit Radieschen und Eiern, dazu "Baked Potatoe" mit Sourcreme <V>	Chefsalat mit Blattsalat, Tomate, Gurke, Schinken, Käse und Brötchen<S>, Pudding mit Waldfrüchten
23.01.-27.01.2023 KW 4	Menü 1	Herzhaftes Rindergulasch <R> und Eierspätzle, Frisches Stückobst: Birne	Currywurst vom Rind und Wedges, Beilagensalat, Sahnepudding Schoko	Hähnchenrahmgulasch <G> und Langkornreis	Rindfleischklößchen "Köttbular" in Sahnesoße mit Preiselbeeren <R>, dazu Kartoffelkroketten und Beilagensalat, Joghurt Pfirsich-Maracuja
	Menü 2	"Moussaka" griechischer Kartoffelaufauf, Frisches Stückobst: Birne	milde Käsepätzle, Sahnepudding Schoko	Tomatencremesuppe, Herzhafter Kaiserschmarrn mit Rosinen, Apfelmus	Gemüsefrikadelle mit Stampfkartoffeln und Tomatensoße "Italia" <V>, Joghurt Pfirsich-Maracuja
	Menü 3	Salat "Italia" mit Tomaten, Gurken, grünen Oliven, Thunfisch und Baguette Brötchen<F>, Frisches Stückobst: Birne	Eisbergsalat mit Radieschen und Eiern, dazu "Baked Potatoe" mit Sourcreme <V>, Sahnepudding Schoko	Kalifornischer Salat mit Blattsalat, Gurken, Tomaten, Mais, Paprika-Mix-Streifen und Vollkornbrötchen <V>	Hirtensalat mit Balkanröllchen, Fetakäse und Fladenbrot <R,S>, Joghurt Pfirsich-Maracuja

30.01.-03.02.2023 KW 5	<b>Menü 1</b>	Geflügelbratwurst <G> und Stampfkartoffeln, Beilagensalat, Erdbeeryoghurt	Chicken Nuggets <G>, Pommes frites und Sommergemüse, Frisches Stückobst: Apfel	Alaska-Seelachs in Backteig "Nordische Art", Salzkartoffeln und Remoulade	Hähnchen Cordon Bleu, Eierspätzle und Geflügelrahmsoße	
	<b>Menü 2</b>	Fusilli-Nudeln mit Käsesoße, Beilagensalat, Erdbeeryoghurt	Röstitaler mit Braune Rahmsoße, Buttergemüse, Frisches Stückobst: Apfel	Brokkolicremesuppe, Grießbrei <V>, Apfelmus	Gemüse Lasagne	
	<b>Menü 3</b>	Salat "Italia" mit Tomaten, Gurken, grünen Oliven, Thunfisch und Baguette Brötchen<F>, Erdbeeryoghurt	Salat mit gebackenem Camembert und Wildpreiselbeeren <V>, Frisches Stückobst: Apfel	Blattsalate mit Radieschen und Kartoffeltasche <V>	Bunter Salat mit Chinakohl, Eisbergsalat, Möhrenstreifen, Mais und Kartoffelbuchstaben <V>	

Speiseplan ohne Gewähr. Wir weisen daraufhin, dass die Inhaltsstoffe (Allergene und Zusatzstoffe) der Speisen endgültig am Ort der Speisenausgabe gekennzeichnet sind.