Mensaverein der GSH e.V., Hülsbecker Straße 5, 42579 Heiligenhaus

Speiseplan KW 44- wir wünschen guten Appetit!

Mensaverein e.V.
Gesamtschule Heiligenhaus

Datum	Montag, 2. November 2026	Dienstag, 3. November 2026	Mittwoch, 4. November 2026	Donnerstag, 5. November 2026	Freitag, 6. November 2026
MENÜ	Vegetarisch	mit Geflügel	mit Fisch	mit Geflügel	mit Schwein
MENÜ A	verschiedene Suppen und Eintöpfe mit Brötchen	Putengulasch mit Reis	Backfisch mit Röstkartoffeln und Erbsen/Möhren in Rahm	Bratwurst mit Kartoffelpüree und Sauerkraut	Schnitzel mit Paprikasoße und Kroketten
	A:a, I,	G,	A:a, G	G,	A:a, G
MENÜ B	Vegetarisch	Vegetarisch	Vegetarisch	Vegetarisch	mit Geflügel
		vegetarisches Gulasch mit Reis	vegetarischer Fisch mit Röstkartoffeln und Erbsen/Möhren in Rahm	vegetarische Bratwurst mit Kartoffelpüree und Sauerkraut	Hähnchenschnitzel mit Paprikasoße und Kroketten
		G,F	A:a, G, F,	G, F,	A:a, G
	Obst oder Dessert und ein Tagessalat	Obst oder Dessert und ein Tagessalat	Obst oder Dessert und ein Tagessalat	Ost oder Dessert und ein Tagessalat	vegetarisches Schnitzel mit Paprikasoße und Kroketten
					A:a, G, I,

MSC www.msc.org

Für den Frühstücks Kiosk können die Allergene in der Küche erfragt werden.

A.a Glutenhaltiges Getreide, A:a Weizen, A:b Roggen, A:c Gerste, A:d Hafer, A:e Dinkel, A:f Kamut, B: Krebstiere, C: Eier, D: Fisch, E: Erdnüsse, F: Sohjabohnen, G: Milch
H: Schalenfrüchte, H:a Mandeln, H:b Haselnüsse, H:c Walnüsse, H:d Cashewnüsse, H:e Pecanüsse, H:g Pistazien, H:h Macadamia

I: Selleri, J: Senf, K: Sesam, L: Schwefeldioxid / Sulfit, M: Lupine, N: Weichtiere, Sonstige Fragen bei der Küchenleitung,

Änderungen vorbehalten!