

Hochschule für Gesundheit 11.–15.11.2019

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
STUDY&FIT	Backofengemüse [Paprika, Zucchini] mit Kräuter-Tomatensauce und Rosmarin-Kartoffelecken Eisbergsalat mit Joghurtdressing V,c,g,2	Lachs-Champignon-Lauch-Lasagne Lollo Rosso mit Apfel-Vinaigrette F,a,a1,c,d,g,l,2,5	Scharfes Paprika-Kartoffel-Curry mit Joghurdip Banane V,g,h,h1,j	Schweineschnitzel mit Salbei, Schinken und Salbeisauce Gemüseréis [Paprika, Zucchini] Eisbergsalat mit Joghurtdressing S,a,a1,g,2,3	Hähnchenbrust mit Senf-Kräuterkruste, Blattspinat, Kartoffeln Obstsalat [Ananas, Traube, Apfel, Banane] G,a,a1,a3,c,f,g,j
Hauptmenü	Cevapcici vom Rind mit Tzatziki R,a,a1,c,g,j	Hähnchengeschnetzeltes "Züricher Art" G,a,a1,a3,f,g,j,j	Hirschgulasch A,W,a,a1,a3,f,i,l,5	Schweineschnitzel mit Salbei, Schinken und Kräutersauce S,a,a1,g,2,3	Falafel "Oriental" mit Hummus VG,a,a1,i,k,m
Beilagen	Brokkoli VG Paprika-ZucchiniGemüse VG	Erbsen VG,1 Sesamreis VG,k,m	Rosenkohl V,g Kräuterkartoffeln VG,3	Gemüseréis [Paprika, Zucchini] VG	Couscous mit Gemüse VG,a,a1,i,j,l,3,5
Aktionen	Knusprige Ente in Honig-Ingwersauce, Gemüse und Sesamreis G,a,a1,f,k,m,1,2	Pizza mit Artischocken, Oliven und Tomate V,a,a1,g,6 Pizza Quattro Formaggio V,a,a1,c,g,2			Hähnchenbrust mit Senf-Kräuterkruste, Blattspinat, Kartoffeln G,a,a1,a3,c,f,g,j
Sprinter	Backofengemüse [Paprika, Zucchini] mit Kräuter-Tomatensauce und Rosmarin-Kartoffelecken V,c,g,2	Lachs-Champignon-Lauch-Lasagne F,a,a1,c,d,g,2	Scharfes Paprika-Kartoffel-Curry mit Joghurdip V,g,h,h1,j	Erbseintopf mit Karotten-Sesamstick oder Bockwurst R,S,a,a1,f,i,j,k,2,3,4,8	Kartoffelauflauf mit Broccoli und Blumenkohl V,c,g
Salat	Tomatensalat VG,j,l,1,3,5 Helgoländer Mixsalat VG	Tomatensalat VG,j,l,1,3,5 Helgoländer Mixsalat VG	Klarer Krautsalat VG,j Cole-Slaw-Salat V,c,f,g,j	Cole-Slaw-Salat V,c,f,g,j Rahmgurkensalat V,c,f,g,j,2	Bohnensalat mit Sahnedressing V,c,f,g,j Spanischer Bauernsalat V,f,g
Dessert	Grießpudding mit Himbeersauce V,a,a1,g Buttermilchmousse mit Brombeersauce g	Buttermilchmousse mit Brombeersauce g Milchreis mit Kirschen V,g	Mandarinentraum V,g Apfel-Tiramisu A,V,a,c,g,h,h1,3	Mandarinentraum V,g Apfel-Tiramisu A,V,a,c,g,h,h1,3	Himbeermousse g Obstsalat [Ananas, Traube, Apfel, Banane] VG

(A) mit Alkohol, (F) mit Fisch, (G) mit Geflügel, (H) Halal, (L) mit Lamm, (R) mit Rind, (S) mit Schwein, (V) vegetarisch, (VG) vegan, (W) mit Wild, a) Gluten, a1) Weizen, a2) Roggen, a3) Gerste, a4) Hafer, a5) Dinkel, a6) Kamut, b) Krebstiere, c) Eier, d) Fisch, e) Erdnüsse, f) Sojabohnen, g) Milch/Lactose, h) Schalenfrüchte, h1) Mandel, h2) Haselnuss, h3) Walnuss, h4) Cashewnuss, h5) Pecanuss, h6) Paranuss, h7) Pistazie, h8) Macadamia/Queenslandnuss, I) Sellerie, j) Senf, k) Sesamsamen, l) Schwefeldioxid, m) Lupinen, n) Weichtiere, 1) mit Farbstoff, 2) mit Konservierungsstoff, 3) mit Antioxidationsmittel, 4) mit Geschmacksverstärker, 5) geschwefelt, 6) geschwärzt, 7) gewachst, 8) mit Phosphat, 9) mit Süßungsmittel(n), 10) enthält eine Phenylalaninquelle, 11) kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken, 12) koffeinhaltig, 13) chininhaltig.