

Hochschule für Gesundheit 11.–15.11.2024

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Sprinter	Süßkartoffel-Gnocchiauflauf mit Kürbis, Spinat und Tomaten VG,a,a1,j,1	Karotteneintopf mit Brötchen V,a,a1,a3,g,l,3,5	Linsencurry mit Fladenbrot VG,a,a1,a3,f,k,2	Mac and Cheese V,a,a1,g,1	Mexikanische Zartweizenpfanne VG,a,a1,i
Hauptmenü	Rinderhacksteak mit Tomaten-Weißkäsesauce R,a,a1,g,i Karotten-Röstling mit Schnittlauchsauce V,a,a1,a4,c,f,3	Schweinegeschnetzeltes in Champignonrahm S,a,a1,a3,f,g,i,j,3 Falafel mit Hummus VG,a,a1,k	Putenschnitzel mit Paprikasauce G,a,a1,2,9 Gebackener Camembert mit Preiselbeeren V,a,a1,g	Hähnchenbrust mit Spinat-Gorgonzolasauce G,g Vegetarische Minischnitzel mit Joppie-Sauce V,a,a1,a4,c,g,j,9	Wildlachs mit Limettensauce F,d,f Mini Frühlingsrollen mit Sweet-Chili-Dip VG,a,a1,f,2,9
Beilagen	Prinzessbohnen VG Djuvec-Reis VG	Italienisches Gemüse [Zucchini, Paprika, Champignons, Bohnen, Oliven] VG Spätzle V,a,a1,c	Steckrüben in Rahm VG,f Country Cubes VG,a,a1,1	Wokgemüse [Zwiebel, Paprika, Mungobohnensprossen, Weißkohl, Karotte, Brokkoli] VG,i,k Vollkornnudeln VG,a,a1	Fingerkarotten V,g,1 Naturreis VG
Salat	Cole Slaw V,c,g,j Frische knackige Salatbar V,a,a3,c,g,i,j,l,1,2,3,5,9 Preis pro 100 Gramm	Babyspinatsalat VG,h,h3 Frische knackige Salatbar V,a,a3,c,g,i,j,l,1,2,3,5,9 Preis pro 100 Gramm	Rote Bete-Salat VG Frische knackige Salatbar V,a,a3,c,g,i,j,l,1,2,3,5,9 Preis pro 100 Gramm	Tomatensalat mit roten Zwiebeln, Kräutern und Balsamico VG,i,3 Frische knackige Salatbar V,a,a3,c,g,i,j,l,1,2,3,5,9 Preis pro 100 Gramm	Kopfsalat mit Italia-Dressing VG Frische knackige Salatbar V,a,a3,c,g,i,j,l,1,2,3,5,9 Preis pro 100 Gramm
STUDY&FIT	Süßkartoffel-Gnocchiauflauf mit Kürbis, Spinat und Tomaten VG,a,a1,j,1	Schweinegeschnetzeltes in Champignonrahm Italienisches Gemüse [Zucchini, Paprika, Champignons, Bohnen, Oliven] Spätzle S,a,a1,a3,c,f,g,i,j,3	Linsencurry mit Fladenbrot VG,a,a1,a3,f,k,2	Hähnchenbrust mit Spinat-Gorgonzolasauce Vollkornnudeln Tomatensalat mit roten Zwiebeln, Kräutern und Balsamico G,a,a1,g,l,3	Wildlachs mit Limettensauce Naturreis Kopfsalat mit Italia-Dressing F,d,f
Dessert	vegane Vanille-Pudding mit roter Grütze A,VG,a,a4 Mousse au Chocolat mit Vanillesauce V,a,a1,f,g,1	vegane Vanille-Pudding mit roter Grütze A,VG,a,a4 Himbeerquark mit Mandeln V,g,h,h1	vegane Vanille-Pudding mit roter Grütze A,VG,a,a4 Pumpnickelcreme mit Kirschen c,g	Panna Cotta mit Himbeersauce g vegane Vanille-Pudding mit roter Grütze A,VG,a,a4	vegane Vanille-Pudding mit roter Grütze A,VG,a,a4 Nutellacreme f,g,h,h2

Aufgrund von anhaltenden Lieferengpässen kann es zu kurzfristigen Speiseplanänderungen kommen, wir bitten um ihr Verständnis.

Zusätzlich zum STUDY&FIT Menü empfehlen wir mindestens zwei Mal die Woche Obst und Milchprodukte aus dem STUDY&FIT Angebot zu sich zu nehmen. Mehr Informationen über STUDY&FIT finden Sie unter www.jobundfit.de.
(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.