

mensa am gaw

	16.11.2026	17.11.2026	18.11.2026	19.11.2026	20.11.2026
Menü 1	Buntes Ofengemüse mit Knoblauchdip und Kartoffelspalten (Mil, Sel, 11, 2, 4,V)	Kleiner Salat (Vorspeise) Riesen-Germknödel mit Kirschfüllung,Vanillesoße und Mohn (Ei, GG, GW, Mil, 1,V)	"Falafelbällchen",aus Kichererbsen, Krautsalat,Tzaziki und Tomatenreis (Ei, GG, GW, Mil, Sel, Ses,V)	Gemüsefrikadelle mit Käse überbacken , Kartoffelpüree , Soße (Ei, GG, GW, Mil, Sel, Sen,V) Kleiner Salat (Beilage)	Pastabuffet (zwei verschiedene Pasta) mit zwei verschiedenen Soßen (vegetarisch), kl.Salat (Ei, GG, GW, Mil, Sel, Soj, 11, 2, 4,V)
	5,40 € / 6,45 €	5,40 € / 6,45 €	5,40 € / 6,45 €	5,40 € / 6,45 €	5,40 € / 6,45 €
Menü 2	Chili con Carne mit Hackfleisch vom Rind und Schwein, Kidney-Bohnen, Mais und Paprika Langkornreis (GG, GW, S, Sel) Kleiner Salat (Beilage)	Paniertes Schweine-schnitzel mit Balkansoße und Kroketten Kleiner Salat (Beilage)	Pfannengyros vom Schwein mit Krautsalat, Tzaziki und Tomatenreis (Mil, S, Sel, Soj)	Schupfnudelpfanne mit viel Gemüse und Hähnchenfleisch (Ei, GG, GW) Kleiner Salat (Beilage)	Pastabuffet (zwei verschiedene Pasta) mit zwei verschiedenen Soßen (vegetarisch und nicht vegetarisch) , kl. Salat (GG, GW, Mil, S, Sel, 11, 2, 4, 9)
	5,40 € / 6,45 €	5,40 € / 6,45 €	5,40 € / 6,45 €	5,40 € / 6,45 €	5,40 € / 6,45 €
Menü 3					
	5,40 € / 6,45 €	5,40 € / 6,45 €	5,40 € / 6,45 €	5,40 € / 6,45 €	5,40 € / 6,45 €
Großer Salatteller	Bunter Salat mit Gouda,Trauben und Baguette (GG, GW, Mil, 1,V)	Bunter Salat mit Hähnchenbruststreifen und Baguette (GG, GW)	Bunter Salat mit Mini-Salami und Baguette (Ei, GG, GW, Mil, S, Sel, Sen, 2, 4, 5)	Bunter Salat mit Honigmelone und Baguette (GG, GW,V)	
	5,20 € / 6,25 €	5,20 € / 6,25 €	5,20 € / 6,25 €	5,20 € / 6,25 €	5,20 € / 6,25 €
Kleiner Salatteller	Bunter Salat mit Gouda,Trauben und Baguette (GG, GW, Mil, 1,V)	Bunter Salat mit Hähnchenbruststreifen und Baguette (GG, GW)	Bunter Salat mit Mini-Salami und Baguette (Ei, GG, GW, Mil, S, Sel, Sen, 2, 4, 5)	Bunter Salat mit Honigmelone und Baguette (GG, GW,V)	
	4,00 € / 5,05 €	4,00 € / 5,05 €	4,00 € / 5,05 €	4,00 € / 5,05 €	4,00 € / 5,05 €
Nachtisch	Eishörnchen Erdbeer-Vanille (GG, GW, Mil, 1,V)	Kirschgelee mit Vanillesoße (Mil, 1)	Brombeerquark (Mil,V)	Schokopudding mit Sahne (Mil,V)	Schokopudding mit Sahne (Mil,V)
	1,30 € / 1,60 €	1,30 € / 1,60 €	1,30 € / 1,60 €	1,30 € / 1,60 €	1,30 € / 1,60 €

Änderungen vorbehalten
www.fitverein.de

Zusatzstoffe und Allergene siehe Aushang