

Musterspeisenplan zur Kennzeichnung von Allergenen und Zusatzstoffen

Musterspeisenplan Mensa vom _____ bis _____

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Gemüsesugo mit Vollkorrigatoni (a1) und Parmesankäse (g) Salat (j)	Blumenkohl-Käse-Medaillons (a1,g) mit heller Soße (g) und Salzkartoffeln Salat (j)	Tortellini (a1,2,3), mit Ricotta-Spinat Füllung und Tomatensoße Salat mit Joghurt-Dressing (g,i)	Asiatische Gemüse-Reispfanne mit Tofu (f,i,k) Quarkspeise mit Beerenfrüchten (g)	Bunte Gemüsesuppe (i) mit Grießklößchen (a1,c) Joghurt (g)
Menü 2	Gedünstetes Fischfilet mit Petersilienkartoffeln und Möhren-Lauchgemüse in Rahm (g)	Nudel (a1) mit Linsenbolognese, Salat mit Joghurt-Dressing (g,i) Obst	Gegrillte Hähnchenbrust, mit Bratensoße (g), Kartoffelstampf (g), grünen Bohnen	Backkartoffeln mit Kräuterquark-Dip (g,i), Gemüsesticks Obst	Gemüsepfanne mit Curry-Mandel-Soße (g,h1,k), Vollkornreis Joghurt (g)

Zusatzstoffe:

1) mit Farbstoff 2) mit Konservierungsstoff 3) mit Antioxidationsmittel 4) mit Geschmacksverstärkern 5) geschwefelt 6) geschwärzt 7) gewachst 8) mit Phosphat 9) mit Süßungsmitteln 10) enthält eine Phenylalaninquelle 11) ab 100g Tafelsüße pro kg: kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken 12) konserviert mit Thiabendazol

* chininhaltig, ** koffeinhaltig, *** bestrahlt oder mit ionisierenden Strahlen behandelt, **** genetisch verändert

Allergene:

Glutenhaltiges Getreide oder Hybridstämme davon (**a1** = Weizen [wie Dinkel, Khorasan-Weizen], **a2** = Roggen, **a3** = Gerste, **a4** = Hafer)*, **b** = Krebstiere*, **c** = Eier*, **d** = Fisch*, **e** = Erdnuss*, **f** = Soja*, **g** = Milch*, Schalenfrüchte (**h1** = Mandeln*, **h2** = Haselnüsse*, **h3** = Walnüsse*, **h4** = Kaschunüsse*, **h5** = Pecannüsse*, **h6** = Paranüsse*, **h7** = Pistazien*, **h8** = Macadamia- oder Queenslandnüsse*), **i** = Sellerie*, **j** = Senf*, **k** = Sesamsamen*, **l** = Schwefeldioxid/Sulfite, **m** = Lupinen*, **n** = Weichtiere*

* und daraus gewonnene Erzeugnisse