

Essen-Bestellung		September 2023		Bestätigung Zahlungspflichtige/r:	
Name, Vorname		Klasse		Name in Druckbuchstaben      Telefon	
				Datum      E-Mail	
				<b>Bitte ankreuzen:</b> SEPA-Einzugsermächtigung wird der Bestellung beigelegt <a href="https://foerderverein-mps-selters.de/downloads">https://foerderverein-mps-selters.de/downloads</a> Liegt dem Förderverein bereits vor	

Die verbindliche Bestellung muss **Freitag, den 19.08.2022** an [mittagessen@foerderverein-mps-selters.de](mailto:mittagessen@foerderverein-mps-selters.de) vorliegen!

Zu jedem Essen gibt es ein Dessert und Getränk.

		Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		04.09.2023	05.09.2023	06.09.2023	07.09.2023	08.09.2023
Menü 1		Hühnerfrikassee "Frühlings Art" G, G1, M, Me, La, S Erbsen und Karotten "naturell" G, G1 Langkornreis	Rindfleischbällchen "Jäger Art"; in Champignonsoße G, G1, Ei, S, Sn Kartoffelklöße Ei, M, Me, La Ganze Gurke zum selbst aufschneiden	Hähnchenfleisch in milder Tomatensoße Salzkartoffeln "Unsere Beste" Chinakohl und Endivien Mix (S) Dressing Joghurt Ei, M, Me, La	Veggie Gulasch "new classic" aus Soja und Weizen in cremiger Soße G, G1, Ei, (E), Sb, M, Me, La Erbsen "Natur" (BIO) Naturreis	Spaghetti in fruchtiger Tomatensoße G, G1, Ei Karottensalat Spezial 3
	Menü 2	BIO: Kartoffel-Gemüse-Pfanne Cherry Tomaten	Gabel-Spaghetti G, G1 Rote Linsen-Bolognese mit Möhre und Zucchini	Milde Käsespätzle G, G1, Ei, M, Me, La Chinakohl und Endivien Mix (S) Dressing Joghurt Ei, M, Me, La	BIO: Chicken Crossies G, G1 Möhren "Natur" Kartoffelgratin G, G1, M, Me, La, S	Alaska-Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) in Dillcremesoße G, G1, Fi, M, Me, La, S Langkornreis Karottensalat Spezial 3
		Birne	H-Pudding Vanille M, Me, La	Trauben, hell	Stracciatellajoghurt M, Me, La	Pflaumen
		11.09.2023	12.09.2023	13.09.2023	14.09.2023	15.09.2023
Menü 1		Hähnchenunterkeulen "Drum Sticks" Karottenscheiben "naturell" Kartoffelgratin G, G1, M, Me, La, S	Hähnchengeschnetzeltes; in Rahmsauce G, G1, M, Me, La, S Mais "Natur" (BIO) Schneckenudeln G, G1	Spätzle-Gemüse-Pfanne (BIO) G, G1, Ei, S Gurkensalat mit Dill (S), (Sd)	Vegetarisches Chili G, G1, G3, Sb Bröchen G, G1, G3	Nudel-Brokkoli-Auflauf mit Hähnchen G, G1, M, Me, La, S Paprika geviertelt, rot und gelb
	Menü 2	Vollkorn-Pennnudeln G, G1 Rote Linsen-Bolognese mit Möhre und Zucchini Ganze Gurke zum selbst aufschneiden	Brokkolicremesuppe G, G1, M, Me, La, S Grießbrei G, G1, M, Me, La Zimt & Zucker	Fisch-Poppers; Alaska-Seelachs ummantelt mit einer Puffreis-Panade G, G1, G2, G3, G4, (Ei), (Fi), (M), (Me), (La), (Sn) Dillrahmsauce G, G1, M, Me, La, S Langkornreis Ganze Gurke	Chicken Nuggets; aus Hähnchenbrustfleisch zusammengefügt G, G1 Kohlrabi-Karotten-Gemüse in Soße M, Me, La Kräuterkartoffeln	BIO: Ravioli mit Ricotta-Spinat-Füllung G, G1, Ei, M, Me, La Käsesoße G, G1, M, Me, La, S Paprika geviertelt, rot und gelb
		Birne	Apfel	H-Milchreis M, Me, La	Obstsalat 3	Galiemelone
		18.09.2023	19.09.2023	20.09.2023	21.09.2023	22.09.2023
Menü 1		Rindergulasch mit Karottenscheiben in Rahmsauce M, Me, La, S Kohlrabiwürfel "naturell" (BIO) s Vollkorn-Pennnudeln G, G1	Lachsfiletstücke   in Soße nach "Florentiner Art" Fi, M, Me, La Erbsen "naturell" Salzkartoffeln "Unsere Beste"	Kartoffel-Blumenkohlaufauf mit Geflügelhackbällchen G, G1, M, Me, La, S Ganze Gurke zum selbst aufschneiden	<b>Pizzatag!!!</b>	Rindergulasch mit Karottenscheiben in Rahmsauce M, Me, La, S Kartoffelpüree M, Me, La Mischsalat Cha Cha (Chinakohl, Karotten, Eisbergsalat, Endivien, Radicchio, Rettich) (S) Dressing Italian
	Menü 2	Reisaufauf (laktosefrei) G, G1, Ei, M, Me, Vanillesoße G, G1, M, Me, La Cherry Tomaten	BIO: Spinat-Knödel G, G1, Ei, (Sb), M, Me, La, (Sf), (S) Käsesoße G, G1, M, Me, La, S Möhrenscheiben "Natur"	BIO: Rindfleischfrikadelle, Stampfkartoffeln M, Me, La Paprikarahmsauce G, G1, M, Me, La, S Cherry Tomaten	<b>Vom Förderverein gesponsert</b>	Kartoffeln mit Schale Sauerrahmsauce mit Kräutern (BIO) G, G1, M, Me, La, S Mischsalat Cha Cha (Chinakohl, Karotten, Eisbergsalat, Endivien, Radicchio, Rettich) (S) Dressing Italian
		Apfel	H-Pudding Schoko M, Me, La	Vanillejoghurt M, Me, La	Überraschung	Erdbeerrjoghurt M, Me, La
		25.09.2023	26.09.2023	27.09.2023	28.09.2023	29.09.2023
Menü 1		Geflügel-Currywurst in milder Tomatensoße Sn Pommes Dauphine Ei, M, Me, La Cherry Tomaten	Panierte Dorschnuggets (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) G, G1, Fi Kohlrabi-Karotten-Gemüse in Soße M, Me, La Kräuterkartoffeln	Klopse vom Geflügel in Soße nach "Königsberger Art" G, G1, M, Me, La Blumenkohl "Natur" (BIO) Salzkartoffeln "Unsere Beste"	Herzhaftes Rindergulasch Sn Apfelrotkohl Kartoffelklöße Ei, M, Me, La	Lachsfiletstücke; (aus verantwortungsvoller Aquakultur) in Dillcremesauce Fi, M, Me, La, S Langkornreis Ganze Gurke zum selbst aufschneiden
	Menü 2	Buchstabennudeltopf mit Geflügelfleisch (BIO) G, G1, S Bröchen G, G1, G3	Vollkorn-Pennnudeln G, G1 Tomaten-Mozzarella-Soße M, Me, La Erbsen "naturell"	BIO: Milchreis (BIO) M, Me, La Apfel-Erdbeer-Kompott (BIO) Snack Karotten	BIO: Rührei Ei, M, Me, La Blattspinat, gehackt G, G1, M, Me, La Stampfkartoffeln M, Me, La	BIO: Gemüse-Kartoffel-Rösti M, Me, La Kartoffelgratin G, G1, M, Me, La, S Ganze Gurke zum selbst aufschneiden
		Birne	Apfel	H-Pudding Vanille M, Me, La	Stracciatellajoghurt M, Me, La	Pflaumen

1=Farbstoff 2=Konservierungsmittel 3=Antioxidationsmittel 9= Süßungsmittel 10=Zuckerart u. Süßungsmittel 20=Nitritpökelsalz Allergene: G=Glutenhaltiges Getreide G1=Weizen G2=Roggen G3=Gerste G4=Hafer G5=Dinkel G6=Kamut K=Krebstiere Ei=Eier Fi=Fisch Ei=ERdnuss Sb=Soja M=Milch(einschl. Laktose) Me=Milchweiß La=Laktose Sf=Schalenfrüchte S1=Mandeln S2=Haselnüsse S3=Walnüsse S4=Kaschnüsse S5=Pecannüsse S6=Paranüsse S7=Pistazien S8=Macademia-/Queenslandnüsse S=Sellerie Sn=Senf Se= Sesamkörnern Sd=Schwefeldioxid und Sulfite Lp=Lipienen W=Weichtiere Schw=Schein, Ri=Rind Ge=Geflügel Änderungen vorbehalten!

Das Mittagessen findet im Mehrzweckraum (Mensa) statt. **Die Anmeldung für das Essen ist erforderlich.**  
 Preis pro Essen: 4,90 € / 4,70 € Mitglieder (Hauptgericht, Nachtisch, Getränk). **Für die Teilnahme muss eine SEPA-Einzugsermächtigung vorliegen**

Änderungen / Stornierungen müssen 3 Werktagen im Voraus an obige E-Mail Adresse gemeldet werden. Danach erfolgt die Berechnung.  
<https://foerderverein-mps-selters.de/mittagessen>