

Name, Vorname

Klasse

Name in Druckbuchstaben

Telefon

Datum

E-Mail

Bitte ankreuzen:

SEPA-Einzugsermächtigung wird der Bestellung beigelegt
<https://foerderverein-mps-selters.de/downloads>

Liegt dem Förderverein bereits vor

Die verbindliche Bestellung muss Freitag, den 22.09.2023 an mittagessen@foerderverein-mps-selters.de vorliegen!

Zu jedem Essen gibt es ein Dessert und Getränk.

	Montag 02.10.2023	Dienstag 03.10.2023	Mittwoch 04.10.2023	Donnerstag 05.10.2023	Freitag 06.10.2023	
Menü 1	Mini-Hähnchenschnitzel paniert ^{G, G1, G3} Buttergemüse ^{M, Me, La} Pommes ^{Dauphine} Ei, M, Me, La Tomatenketchup ^S	Feiertag	Fisch-Poppers Alaska-Seelach ^{Puffreis-Panade} G, G1, G2, G3, G4, Ei, Fi, M, Me, La, Sn Rahmspinat ^{M, Me, La} Salzkartoffeln	Lachsfiletstücke in Dillcremesoße ^{Fi, M, Me, La, S} Karottenscheiben ^{"naturell"} Salzkartoffeln	Geflügelrikadellen in süß-saurer Tomatensoße ^{G, G1} Schneckenudeln ^{G, G1} Feldsalat Dressing Joghurt ^{Ei, M, Me, La}	
	Spaghetti aus Hartweizengrieß ^{G, G1} Tomaten-Mozzarella-Soße ^{M, Me, La} Gurke		BIO: Reis-Gemüse-Pfanne mit Fairtrade-Reis "veggie" ^{M, Me, La, S} Kräuterquark ^{M, Me, La, S} Cherry Tomaten	Veggie-Currywurst ^{aus Soja und Weizen in milder Tomatensoße} G, G1, Ei, Sb, Sn Spiralnudeln ^{G, G1} Gurke	Falafelbällchen ^{Sn} Tomatenvollkornreis ^{Sn} Tzatziki ^{M, Me, La} Feldsalat Dressing Joghurt ^{Ei, M, Me, La}	
	Fruchtquark Erdbeere ^{M, Me, La}		Apfel	H-Pudding Schoko ^{M, Me, La}	Kiwi	
	09.10.2023	10.10.2023	11.10.2023	12.10.2023	13.10.2023	
Menü 1	Mini-Geflügelbällchen in Soße ^{G, G1, M, Me, La, S} Brokkoli "Natur" ^(BIO) Naturreis	Hokkaido-Kürbissuppe mit Möhren und Äpfeln ^{G, G1, M, Me, La, S, Sn} Brötchen ^{G, G1, G3}	Vollkornnudelpfanne Tomatensoße mit Erbsen, Mais und Tomatenstückchen, Käse ^{G, G1, M, Me, La, Sn} Gurkensalat ^{mit Dill} S, Sd	Hähnchenrahmgulasch ^{M, Me, La, S, Sn} Gemüse-Mix "Natur" ^(BIO) Kartoffelrösti	Panierte Dorschnuggets ^{G, G1, Fi} Stampfkartoffeln ^{M, Me, La} Remoulade ^{Ei, Sn} Cherry Tomaten	
	BIO: Gemüsenuggets paniert ^{G, G1, Ei} Kräuterquark ^{M, Me, La, S} Möhren "Natur" Salzkartoffeln	Geflügelbratwurst Sauerkraut Kartoffelpüree ^{M, Me, La}	Fischfrikadelle ^{G, G1, Fi} Kartoffelgratin ^(BIO) G, G1, M, Me, La, S Gurkensalat mit Dill ^{S, Sd}	Bio: Milchreis ^{M, Me, La} Apfel-Erdbeer-Kompott Snack Karotten	BIO: Tortelloni mit Tomaten-Mozzarella-Füllung ^{G, G1, Ei, M, Me, La} Tomatensoße ^{G, G1, M, Me, La, S} Cherry Tomaten	
	Fruchtquark Vanille ^{M, Me, La}	Schwarzkirschjoghurt ^{3,5% M, Me, L}	Banane	Obstsalat ³	Trauben, hell	
	16.10.2023	17.10.2023	18.10.2023	19.10.2023	20.10.2023	
Menü 1	Eieromelette ^{"Natur"} Ei, M, Me, La Blattspinat, gehackt ^(BIO) G, G1, M, Me, La Salzkartoffeln	Hähnchenrahmgulasch ^{M, Me, La, S, Sn} Buntes Gartengemüse Naturreis	Bio Tortelloni Tomatensoße ^{G, G1, Ei, M, Me, La, S} Mischsalat appetito Dressina American ^{Fi, Sn}	Pizzatag	Pasta Mistra ^{G, G1, Ei, M, Me, La} Farmersalat ^{Ei, M, Me, La, S}	
	BIO: Huhnfleisch in Tomatensoße Mais Langkornreis	Veggie-Bällchen ^{Soja/Weizenbasis helle Soße} G, G1, Ei, Sb, M, Me, La Gartengemüse ^{"naturell"} Naturreis	Chicken Nuggets ^{G, G1} Kartoffelpüree ^{M, Me, La} Rahmsoße ^{G, G1, Ei, M, Me, La, S} Mischsalat Dressina ^{Ei, Sn}		vom Förderverein gesponsert!!!	BIO: Rinderbraten Kartoffelklöße ^{G, Ei, Sb, M} Farmersalat ^{Ei, M, Me, La, S}
	Apfel	H-Pudding Grieß ^{G, G1, M, Me, La}	Fruchtquark Erdbeere ^{M, Me, La}		Überraschung	Banane
23.-27.10.2023 Ferien						
	30.10.2023	31.10.2023				
Menü 1	Hühnerfrikassee ^{"Frühlings Art"} G, G1, M, Me, La, S Erbsen und Karotten ^{G, G1} Langkornreis	Rindfleischbällchen Champignonssoße ^{G, G1, Ei, S, Sn} Kartoffelklöße ^{Ei, M, Me, La} Gurke				
	BIO: Kartoffel-Gemüse-Pfanne Cherry Tomaten	Gabel-Spaghetti ^{G, G1} Rote Linsen-Bolognese mit Möhre und Zucchini				
Menü 2	Birne Conference	H-Pudding Vanille ^{M, Me, La}				

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 Ei=Laktose Sf=Schalenfrüchte SF1=Mandeln SF2=Haselnüsse SF3=Walnüsse SF4=Kaschnüsse SF5=Pecannüsse SF6=Paranüsse SF7=Pinazien SF8=Macademia/Queensländrinde S=Sellerie Sn=Senf Se=Seesam Sd=Schwefeldioxid Sulfite Lp=Lipienen W=Weichtiere Schw=Schwein, 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, Nachtsch, 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>