

Speiseplan

Mensa im Philanthropin, Juni 2019

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
03.06.2019	04.06.2019	05.06.2019	06.06.2019	07.06.2019
Frikadelle vom Rind (Ei, Weizen) Paprikasoße (Sellerie) Kartoffelpüree ¹ , Krautsalat Wassermelone	Falafel Humus (Sesam) Basmatireis israelischer Salat Obst	Hähnchen-Oberschenkel Im Ofen gebacken Bulgur (Weizen) 1 Maiskolben, Bratensoße (Sellerie) Obst	Kabeljau, Naturell (Fisch) Schnittlauchsoße (Weizen, Soja) Dampfkartoffeln ¹ Gurkensalat Blaubeermuffin (Weizen, Eier)	Vollkorn Spaghetti (Weizen) mit Tomatensoße (Sellerie) gelbe Paprikasticks Obst
Auberginenschnitzel (Ei, Weizen) Kräutersoße (Soja, Ei, Sellerie) Kartoffelpüree ¹ Krautsalat Wassermelone	Falafel Humus (Sesam) Couscous (Weizen) israelischer Salat Obst	Letscho (ungarischer Paprikaeintopf) Bulgur (Weizen) 1 Maiskolben Obst	Dampfkartoffeln ¹ mit Kräuterquark (Soja) Gurkensalat Blaubeermuffin (Weizen, Eier)	Vollkorn Spaghetti (Weizen) mit Tomatensoße (Sellerie) gelbe Paprikasticks Obst
10.06.2019	11.06.2019	12.06.2019	13.06.2019	14.06.2019
Schavuo Pfingstmontag	Seelachs paniert (Fisch, Weizen, Eier) Kartoffelpüree ¹ bunter Paprikasalat Obst	Puten-Curry (Sellerie, Soja) Buchweizen Eisbergsalat mit Karottenstreifen mit Essig-Öl Obst	Champignonfrikassee (Weizen, Soja) Farfalle (Weizen) Erbsen Birensorbet	Knusprige Zucchini schnitzel (Ei, Weizen) Bulgur (Weizen) Mais, Minze-Sojajoghurt (Soja) Obst
	Seelachs paniert (Fisch, Weizen, Eier) Kartoffelpüree ¹ bunter Paprikasalat Obst	Gemüse-Curry (Sellerie, Soja) Buchweizen Eisbergsalat mit Karottenstreifen mit Essig-Öl Obst	Champignonfrikassee (Weizen, Soja) Farfalle (Weizen) Erbsen Birensorbet	Knusprige Zucchini schnitzel (Ei, Weizen) Bulgur (Weizen) Mais, Minze-Sojajoghurt (Soja) Obst
17.06.2019	18.06.2019	19.06.2019	20.06.2019	21.06.2019
Gebratene Putenbrust Pilzrahmsoße (Soja) Spaghetti (Weizen) Karottensticks Pfirsich	Maisplätzchen (Weizen, Eier) Tomatensoße Quinoa Blumenkohl Obst	Bockwurst von Rind/ Geflügel Kartoffelsalat ¹ Ketchup (Sellerie), Gurkensticks Kaiserschmarrn mit Vanillesoße (Weizen, Eier, Soja)	Fronleichnam	Brückentag
Chili sin Carne (Soja) Paprika, Mais, Tomate, Kidneybohnen Spaghetti (Weizen) Karottensticks Pfirsich	Maisplätzchen (Weizen, Eier) Tomatensoße Quinoa Blumenkohl Obst	Gemüsefrikadelle (Weizen, Ei) Kartoffelsalat ¹ Gurkensticks Kaiserschmarrn mit Vanillesoße (Weizen, Eier, Soja)		
24.06.2019	25.06.2019	26.06.2019	27.06.2019	28.06.2019
Rindergeschnetzeltes (Sellerie, Soja) Curcuma Reis Rote-Bete Erdbeeren	Rührei (Ei) Spinat Kartoffelpüree ¹ Schokoladenkuchen (Ei, Weizen, Soja)	Hühnerfrikassee (Weizen, Soja) Parboiled Reis Brokkoli Obst	Gekochte Eier Frankfurter Grüne Soße (Ei, Soja) Salzkartoffeln ¹ gelbe Paprika Sticks Obst	Lachs aus dem Ofen (Fisch) Penne (Weizen), Dillsoße (Weizen, Soja) Radieschensalat Obst
Vegetarische Moussaka mit Sojaquark (Soja, Sulfid, Ei) Curcuma Reis Rote-Bete Erdbeeren	Rührei (Ei) Spinat Kartoffelpüree ¹ Schokoladenkuchen (Ei, Weizen, Soja)	Omelette mit Gemüsefüllung Zitronensoße (Soja) Parboiled Reis, Brokkoli Obst	Gekochte Eier Frankfurter Grüne Soße (Ei, Soja) Salzkartoffeln ¹ gelbe Paprika Sticks Obst	Gemüsebolognese Penne (Weizen) Radieschensalat Obst

Zusatzstoffe:

¹ Enthält Natriumsulfit

² Enthält Glutamat



Vegetarische

*nur mit Voranmeldung

Sohar's

KOSCHER RESTAURANT & CATERING GMBH

Unter Aufsicht des Rabbinats der Jüdischen Gemeinde Frankfurt

Wasser als Getränk steht in der Mensa zur Verfügung

Änderungen vorbehalten

Für Allergiker werden die Rezepturen der Gerichte individuell abgeleitet und soweit es möglich ist dem Speiseplan angepasst.
Wir verarbeiten, wenn möglich, saisonale, regionale und frische Produkte.
Laut Lieferanten können die Spuren von Allergenen nicht ausgeschlossen werden.