

Lunchbuffet KW 05

klassisch oder vegetarisch

Mo. bis Fr. von 12:00 bis 14:00 Uhr

8,00 € inkl. Salat



externe Gäste	städtische Angestellte	
3,00 €	3,00 €	Beilagensalat
6,50 €	5,00 €	Großer Salatteller
8,00 €	5,80 €	Tagesmenü und Salat
6,50 €	5,00 €	Tagesmenü Tellergericht
2,00 €	2,00 €	Extra Sättigungsbeilage oder Gemüse

www.karlchen-mainz-bingen.de

www.gpe-mainz.de

Änderungen vorbehalten!

Mittagsbuffet vom 01. bis 05. Februar

klassisch oder vegetarisch

	Montag, 01.02.	Dienstag, 02.02.	Mittwoch, 03.02.	Donnerstag, 04.02.	Freitag, 05.02.
Menü 1	Blattsalat mit Dressing ^J Falafelbällchen ^{A,Aa} Tomatensoße mit Gemüsewürfel ^{A,Aa,J} und Bulgur ^{A,Aa} Tagesdessert ^{12,Gl,G}	Tomatensalat ^J Jambalaya kreolische Reispfanne mit Hähnchen ^I Tagesdessert ^{12,Gl,G}	Linsensalat, Karotten und Sellerie ^{I,J} Geflügelbällchen ^{A,Aa,C} mit Kräuter-Schmand-Soße ^{A,Aa,Gl,G} dazu Kartoffelpüree ^{Gl,G} Tagesdessert ^{12,Gl,G}	Gurkensalat ^J Schollenfilet paniert ^{A,Aa,D} mit Rahmerbsen ^{A,Aa,Gl,G} dazu Risoleekartoffeln Tagesdessert ^{12,Gl,G}	Weißkrautsalat ^J Geschmorte Hähnchenkeule mit Käse-Kräutersoße ^{A,Aa,Gl,G} dazu Reis Tagesdessert ^{12,Gl,G}
Menü 2	Blattsalat mit Dressing ^J Kartoffel-Lauch-Gratin ^{Gl,C,G} Tagesdessert ^{12,Gl,G}	Tomatensalat ^J Gemüse-Nudelpfanne mit Mozzarella ^{A,Aa} Tagesdessert ^{12,Gl,G}	Linsensalat, Karotten und Sellerie ^{I,J} Gemüse-Dinkelauflauf ^{A,Ae;G} Tagesdessert ^{12,Gl,G}	Gurkensalat ^J Milchreis ^{Gl,G} mit Zimt u. Zucker Kartoffel-Lauch-Suppe ^I dazu Vollkornbrot ^{A,Aa,Ab,Ac} Tagesdessert ^{12,Gl,G}	Weißkrautsalat ^J Kartoffelgulasch mit Balkankäse ^{Gl,G,I} Tagesdessert ^{12,Gl,G}

Probieren Sie auch unsere kleinen Frühstücks-Snacks – werktags von 7:30 bis 10:30 Uhr.

Zusatzstoffe: (12) mit Farbstoff

Allergene: (A) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (Aa) Weizen und Weizenerzeugnisse; (Ae) Dinkel und Dinkelerzeugnisse; (Ab) Roggen und Roggenerzeugnisse; (Ac) Gerste und Gersteerzeugnisse; (Gl) Laktose; (C) Eier und -erzeugnisse; (D) Fisch und -erzeugnisse; (G) Milch und -erzeugnisse; (I) Sellerie und -erzeugnisse; (J) Senf und -erzeugnisse

Karlchen | Die Kantine in Ingelheim

Kreisverwaltung Mainz-Bingen

Georg-Rückert-Straße 11

55218 Ingelheim

Telefon: 06132 7871162

kantine.karlchen@gpe-mainz.de

Karlchen | Die Kantine in Ingelheim ist eine Werkstattabteilung der gpe Mainz