

Lunchbuffet KW 07

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 15. bis 19. Februar

klassisch oder vegetarisch

	Montag, 15.02.	Dienstag, 16.02.	Mittwoch, 17.02.	Donnerstag, 18.02.	Freitag, 19.02.2021
Menü 1	Feldsalat mit Dressing ^J Rinderfrikadelle ^{A, Aa, C} mit Apfelrotkohl ² und Dampfkartoffeln Tagesdessert ^{12, Gl, G}	Tomatensalat ^J Vegetarische Soja Bolognese ^{A, Aa, F, I} mit Reibekäse ^G und Spaghetti ^{A, Aa} Tagesdessert ^{12, Gl, G}	Linsensalat mit Karotten und Sellerie ^{I, J} Seelachsfilet Bordelaise ^{A, D} mit Frischkäse-Spinatsoße ^{A, Aa, Gl, G} und Dampfkartoffeln Tagesdessert ^{12, Gl, G}	Gurkensalat ^J Hähnchenbrust paniert ^{A, Aa} mit Tomatensoße ^{A, Aa} und Gemüse-Nudeln ^{A, Aa} Tagesdessert ^{12, Gl, G}	Weißkrautsalat ^J Hähnchencurry ^{12, A, Aa, Gl, G} mit Vollkornreis Tagesdessert ^{12, Gl, G}
Menü 2	Feldsalat mit Dressing ^J Pfannkuchen mit Gartengemüse In Kräuterrahm ^{A, Aa, Gl, G} Tagesdessert ^{12, Gl, G}	Tomatensalat ^J Kartoffel-Gemüse-Auflauf mit Käse ^{Gl, C, G} Tagesdessert ^{12, Gl, G}	Linsensalat mit Karotten und Sellerie ^{I, J} Gemüse-Reisauflauf ^{A, Aa, Gl, G} mit Curry-Apfel-Soße ^{2, A, Aa, Gl, G} Tagesdessert ^{12, Gl, G}	Gurkensalat ^J Kreolischer-Bohneneintopf mit Vollkornbrot ^{A, Aa, Ab, Ac} Tagesdessert ^{12, Gl, G}	Weißkrautsalat ^J Ofengemüse mit Chilidip ^{2, A, Aa, Gl, C, G, I} und Gemüsebulgur ^{A, Aa, I} Tagesdessert ^{12, Gl, G}

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

Zusatzstoffe: (2) mit Antioxidationsmittel; (12) mit Farbstoff

Allergene: (A) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (Aa) Weizen und Weizenerzeugnisse; (Ab) Roggen und Roggenerzeugnisse; (Ac) Gerste und Gersteerzeugnisse; (Gl) Laktose; (C) Eier und -erzeugnisse; (D) Fisch und -erzeugnisse; (F) Soja 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