

Lunchbuffet KW 08

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 22. bis 26. Februar

klassisch oder vegetarisch

	Montag, 22.02.	Dienstag, 23.02.	Mittwoch, 24.02.	Donnerstag, 25.02.	Freitag, 26.02.
Menü 1	Mix Salat mit Kohlrabi ^J Vegetarische Tortellini mit Ricotta/Spinat ^{A,Aa,Gl,G} dazu Käsesoße ^{A,Aa,Gl,G} Tagesdessert ^{12,Gl,G}	Gurkensalat mit Paprika ^J Gebratene Hähnchenkeule mit dunkler Soße ^{A,Aa,Ac} dazu Vollkornreis Tagesdessert ^{12,Gl,G}	Blattsalat mit Dressing ^J Vegetarisch gefüllte Paprika ^{A,Aa,I,J} mit Zwiebelsoße ^{A,Aa,Ac} dazu Kartoffelpüree ^{Gl,G} Tagesdessert ^{12,Gl,G}	Weißkrautsalat mit Karotte ^J Paniertes Seelachsfilet ^{A,D} mit Dill-Zitronensoße ^{A,Aa,Gl,G} dazu Dampfkartoffeln Tagesdessert ^{12,Gl,G}	Tomatensalat ^J Geflügelcevapcici 4 Stück ^{A,Aa,Gl,C,G,I} mit Tzatziki ^{2,A,Aa,Gl,C,G,I} dazu Djuwetschreis Tagesdessert ^{12,Gl,G}
Menü 2	Mix Salat mit Kohlrabi ^J Chinesische Reis-Gemüsepfanne Tagesdessert ^{12,Gl,G}	Gurkensalat mit Paprika ^J Makkaroni-Gemüsepfanne ^{A,Aa,G} mit Bechamelsoße ^{A,Aa,Gl,G} Tagesdessert ^{12,Gl,G}	Blattsalat mit Dressing ^J Zucchini Möhren Puffer dazu Kräuterquark ^{Gl,G} Tagesdessert ^{12,Gl,G}	Weißkrautsalat mit Karotte ^J Kürbis-Minestrone ^I dazu Vollkornbrot ^{A,Aa,Ab,Ac} Tagesdessert ^{12,Gl,G}	Tomatensalat ^J Gebackener Gemüsekuchen ^{Gl,C,G} mit Tomatensoße ^{A,Aa} 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; (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