

Lunchbuffet KW 44

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 26. bis 30. Oktober 2020

klassisch oder vegetarisch

	Montag, 26.10.	Dienstag, 27.10.	Mittwoch, 28.10.	Donnerstag, 29.10.	Freitag, 30.10.
Menü 1	Blattsalat mit Dressing ^J Tortellini mit Rindfleischfüllung Tomaten-Basilikumsauce ^{A,Aa} Reibekäse ^G Apfel ¹⁴	Tomatensalat ^J Paniertes Hähnchenschnitzel mit Currysauce ^{A,Aa,Gi,G} dazu Vollkornreis Pudding mit Vanillegeschmack ^{Gi,G}	Salat aus roten Linsen, Möhren und Äpfeln ^{2;J} Penne ^{A,Aa} mit Bolognese Rind ^I Reibekäse ^G Himbeer-Joghurt ^{Gi,G}	Gurkensalat ^J Paniertes Seelachsfilet ^{A,D} mit Currysauce ^{A,Aa,Gi,G} und Dampfkartoffeln Rote Grütze	Weißkrautsalat ^J Geflügelklößchen ^{A,Aa,C} mit Paprikasauce und Reis Banane
Menü 2	Blattsalat mit Dressing ^J Dinkel-Gemüse-Ragout ^{A,Aa,Ae,Gi,G} Apfel ¹⁴	Tomatensalat ^J Nudel-Paprika-Tofu-Auflauf ^{A,Aa,F,G} mit Tomatensoße ^{A,Aa} Pudding mit Vanillegeschmack ^{Gi,G}	Salat aus roten Linsen Möhren und Äpfeln ^{2;J} Kartoffel-Gemüse-Pfanne mit Balkankäse ^{Gi,C,G} Himbeer-Joghurt ^{Gi,G}	Gurkensalat ^J Grünkern-Gemüse-Risotto ^{1,A,Ae,Gi,C,G} mit Currysauce ^{A,Aa,Gi,G} Rote Grütze	Weißkrautsalat ^J Kartoffel Cordon Bleu dazu Rahm-Wirsing ^{A,Aa,Gi,G} Banane

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

Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (13) geschwefelt; (14) gewachst

Allergene: (A) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (Aa) Weizen und Weizenerzeugnisse; (Ae) Dinkel und Dinkelerzeugnisse; (Gi) 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; (L) Schwefeldioxid und Sulfide in einer Konzentration von mehr als 10mg/kg oder 10/mg/l, als SO2 angegeben

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