

Essen in der Mensa – *Energie tanken im Ganzttag*



Speisenangebot und Verpflegungssystem:

- ausgewogenes Speisenangebot gemäß DGE-Qualitätsstandards
- 5 bzw. 6* Menümöglichkeiten zur Auswahl:

- vegetarisches Menü	3,80 €
- Menü mit Fleisch* oder Fisch	3,80 €
- „Sportlermenü“ (gr.Portion+Riegel)	4,00 €
- großer Salatteller m. Brötchen	3,30 €
- kleiner Salatteller m. Brötchen	2,20 €
- Wrap	2,00 €

Zusätzlich und unabhängig von der Menüwahl:
Rohkost und **frisches Obst**

(*Bei *Schweinefleisch*gerichten stets weiteres Alternativangebot ohne Aufpreis)

Ein *Menü* besteht i. d. R. aus *drei Komponenten* und einem *Nachtsch*.

- „Cook and Chill“-Verfahren (für den Erhalt von Vitaminen & Nährstoffen sowie der natürlichen Konsistenz)

Bestellung:

- Über das *Internet* oder per *Bestellterminal* in der Schule
- Bis zu *2 Wochen im Voraus* und bis *spätestens 9:00 Uhr* des jeweiligen Tages



In den Klassen 5 bis 8 ist das Mensaessen an den langen Tagen verpflichtend, danach optional.