

SPEISEANGEBOT
Mensa Neunkirchen - DGE Komponenten

KW 14	Montag, 30.03.20	Mittwoch, 01.04.20	Donnerstag, 02.04.20
Tagesgericht	Rindergulasch "Ungarische Art" mit Zwiebeln und Paprika, dazu Langkornreis Rindergulasch ^{A, A1, G} Reis Zusatzstoffe Allergene A, A1, G Nährwerte Kilojoule: 2612,2kJ / Kilokalorien: 620,9kcal / Fett: 22,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 7,2g / Zucker: 4,7g / Salz: 2,7g / : / :	Putentasche "Cordon bleu" gefüllt mit Putenschinken dazu Rahmsauce und Vollkornreis Putentasche Cordon bleu ^{1, 2, 4, A, A1, A3, G} Rahmsauce ^{3, A, A1, G} Vollkornreis ¹ L, 2, 4 A, A1, A3, G Kilojoule: 2444,2kJ / Kilokalorien: 588,3kcal / Fett: 44,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 17,4g / Zucker: g / Salz: 3,9g / : / :	Italienische Minestrone "vegetarisch" mit Tomaten, Nudeln dazu Brot Minestrone ¹ Baguette ^{A, A1}  A, A1, I Kilojoule: 423,2kJ / Kilokalorien: 100,4kcal / Fett: 5,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,9g / Zucker: 7,7g / Salz: 0,9g / : / :
oder wahlweise			
Alternatives Tagesgericht	Rindergulasch "ungarische Art" mit Zwiebeln und Paprika, dazu Vollkornreis Rindergulasch ^{A, A1, G} Vollkornreis ¹ L A, A1, G Kilojoule: 2745,4kJ / Kilokalorien: 652,9kcal / Fett: 27,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 9,3g / Zucker: 4,7g / Salz: 2,9g / : / :	Putentasche "Cordon bleu" gefüllt mit Putenschinken dazu Rahmsauce und 4 Stück Kartoffelkroketten Putentasche Cordon bleu ^{1, 2, 4, A, A1, A3, G} Rahmsauce ^{3, A, A1, G} Kroketten ^{A, A1} L, 2, 4 A, A1, A3, G Kilojoule: 3305,9kJ / Kilokalorien: 790,3kcal / Fett: 50,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 20,4g / Zucker: 4g / Salz: 3,5g / : / :	Italienische Minestrone mit Geflügelbällchen und Tomaten, Nudeln dazu Brot Minestrone ¹ Geflügelbällchen ^{A, A1, C, I} Baguette ^{A, A1} A, A1, C, I Kilojoule: 1108,2kJ / Kilokalorien: 265,2kcal / Fett: 16,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 4,6g / Zucker: 8,1g / Salz: 2,1g / : / :
Vegetarisch	3 Stück Eierpfannkuchen mit Beerengrütze Eierpfannkuchen ^{A, A1, C, G} Beerengrütze  L A, A1, C, G Kilojoule: 2043,4kJ / Kilokalorien: 485,9kcal / Fett: 9,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,1g / Zucker: 18,2g / Salz: 1,2g / : / :	Mailänder Gnocchi Pfanne mit buntem Gemüse und Tomatensauce Gnocchipfanne ^{A, A1, C} Tomaten Basilikumsauce ^{1, I}  L A, A1, C, I Kilojoule: 3048,4kJ / Kilokalorien: 720,9kcal / Fett: 15,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,2g / Zucker: g / Salz: 5,6g / : / :	Vegetarische Tortellini mit Gemüsefüllung in Käserahmsauce Tortellini Käsesauce ^{1, A, A1, G, I}  L A, A1, G, I Kilojoule: 1248,2kJ / Kilokalorien: 298kcal / Fett: 19,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 10g / Zucker: g / Salz: 3,8g / : / :
Gemüse	Balkangemüse L Kilojoule: 170,6kJ / Kilokalorien: 40,8kcal / Fett: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Zucker: g / Salz: 0,5g / : / :	Mischgemüse ¹ L Kilojoule: 359,5kJ / Kilokalorien: 85,3kcal / Fett: 4,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,1g / Zucker: 7,8g / Salz: 1,1g / : / :	Blumenkohl L Kilojoule: 144,2kJ / Kilokalorien: 34kcal / Fett: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Zucker: g / Salz: 0,3g / : / :
oder wahlweise			
Salat	Salat Dressing Joghurt ^{C, G} L C, G Kilojoule: 149,1kJ / Kilokalorien: 35,7kcal / Fett: 2,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,7g / Zucker: / Salz: 0,2g / : / :	Eisbergsalat Dressing American ^{C, J} L C, J Kilojoule: 283kJ / Kilokalorien: 67,7kcal / Fett: 6,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,9g / Zucker: g / Salz: 1,5g / : / :	Gurkensalat ^{3, 5, L} L, 5 C, I Kilojoule: 208,1kJ / Kilokalorien: 49,5kcal / Fett: 3,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,3g / Zucker: g / Salz: 0,3g / : / :
Pizza & Pasta	Pasta Tomatensauce & Bolognesesauce Spiralnudeln ^{A, A1} Tomaten Basilikumsauce ^{1, A, A1, I} Bolognese Sauce Rind ^{A, A1, I} L A, A1, I Kilojoule: 315,7kJ / Kilokalorien: 747,8kcal / Fett: 24,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,1g / Zucker: g / Salz: 5,5g / : / :	Pasta Tomatensauce & Bolognesesauce Spiralnudeln ^{A, A1} Tomaten Basilikumsauce ^{1, A, A1, I} Bolognese Sauce Rind ^{A, A1, I} L A, A1, I Kilojoule: 315,7kJ / Kilokalorien: 747,8kcal / Fett: 24,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,1g / Zucker: g / Salz: 5,5g / : / :	Pizza Pomodoro & Salami & Schinken Pizza Margarita/Pomodoro ^{A, A1, G} Pizza Salami ^{2, 3, A, A1, G} Pizza Prosciutto ^{2, 3, 4, A, A1, G} L 2, 3, 8 A, A1, I Kilojoule: 746,5kJ / Kilokalorien: 1771,8kcal / Fett: 62,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 31g / Zucker: 15,7g / Salz: 13,5g / : / :
Dessert	Stracciatellajoghurt ^G L G Kilojoule: 524kJ / Kilokalorien: 125kcal / Fett: 5g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,3g / Zucker: 14,7g / Salz: 0,1g / : / :	Beerenquark L Kilojoule: 432kJ / Kilokalorien: 103kcal / Fett: 0,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0,1g / : / :	Kuchenstück ^{A, A1, C, G} L Kilojoule: 1022,1kJ / Kilokalorien: 243,7kcal / Fett: 9,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,7g / Zucker: 18,6g / Salz: 0,4g / : / :
oder wahlweise			
Obst	Apfel L Kilojoule: 217kJ / Kilokalorien: 52kcal / Fett: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Zucker: g / Salz: 0g / : / :	Birne L Kilojoule: 328,5kJ / Kilokalorien: 78kcal / Fett: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Zucker: g / Salz: 0g / : / :	Apfel L Kilojoule: 217kJ / Kilokalorien: 52kcal / Fett: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Zucker: g / Salz: 0g / : / :
Hinweis	Bis zur angestrebten Zertifizierung durch die Deutsche Gesellschaft für Ernährung sind die Hauptkomponenten der jeweiligen Gerichte grün markiert		



Betriebsstätte:
Mensa Neunkirchen
Rathausstraße 2A
53819 Neunkirchen-Seelscheid
Ansprechpartner: Herr Frank Neumann
Telefon: 02242 / 900 25 69
Mail: mensa.nk@dk-kochwerk.de

1 mit Farbstoff / 2 mit Konservierungsstoff / 3 mit Antioxidationsmittel / 4 mit Geschmacksverstärker / 5 geschwefelt / 6 geschwärtzt / 7 gewachst / 8 mit Phosphat / 9 mit Süßungsmittel(n) / 10 mit einer Zuckerart und Süßungsmittel

Allergene und daraus hergestellte Erzeugnisse:

A enthält Gluten - A1 aus Weizen, A2 aus Roggen, A3 aus Gerste, A4 aus Hafer, A5 aus Dinkel / B enthält Krebstiere / C enthält Ei / D enthält Fisch / E enthält Erdnüsse / F enthält Soja / G enthält Milch einschl. Laktose / H enthält Schalenfrüchte - H1 aus Mandeln, H2 aus Haselnuss, H3 aus Walnuss, H4 aus Cashewnuss, H5 aus Pekannuss, H6 aus Paranuss, H7 aus Pistazie, H8 aus Macadamianuss / I enthält Sellerie / J enthält Senf / K enthält Sesam / L enthält Schwefeldioxid, Sulfite / M enthält Lupine / N enthält Weichtiere

Alle Angaben basieren auf der Grundlage unserer Rezepturen. Bei Fragen, Wünschen oder Anregungen wenden Sie sich bitte an den Betriebsleiter. Änderungen im Speiseplan sind vorbehalten. Wir sind ein EU-zertifizierter Auslieferungsbetrieb.

Legende

Hinweis