

## SPEISEANGEBOT

### Mensa Neunkirchen - DGE Komponenten

KW 25	Montag, 17/06/24	Dienstag, 18/06/24	Mittwoch, 19/06/24	Donnerstag, 20/06/24	Freitag, 21/06/24
<b>Tagesgericht</b>	<b>Chili con Carne mit Rinderhackfleisch Kidneybohnen, Mais dazu Fladenbrot</b> Chili con carne <sup>1</sup> Fladenbrot <sup>A, F, G, K</sup>		<b>Bratwurstschnecke vom Schwein mit Kartoffelstampf</b>  Bratwurstschnecke <sup>3</sup> Kartoffelstampf <sup>G</sup>	<b>Spaghetti Carbonara mit Putenschinkensauce</b>  Spaghetti Carbonara <sup>1, 2, 3, A, A1, C, F, G, I</sup>	
Nährwerte	Kilokalorien: 530kcal / KH: 10,8g / BE: 0,6BE / Fett: 14,7g / Zucker: 0,5g / Salz: 1,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 5,9g / Kilojoule: 1229,3kJ		Kilokalorien: 409,1kcal / KH: 42,1g / BE: 3,5BE / Fett: 0,3g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 944,3kJ	Kilokalorien: 668,4kcal / KH: 43,7g / BE: 3,6BE / Fett: 3,1g / Zucker: 0g / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,8g / Kilojoule: 1729,7kJ	
<b>oder wahlweise</b>					
<b>Alternatives Tagesgericht</b>	<b>Chili con Carne mit Rinderhackfleisch Kidneybohnen, Mais dazu Fladenbrot</b> Chili con carne <sup>1</sup> Fladenbrot <sup>A, F, G, K</sup>		<b>Tomatencremesuppe mit Kichererbsen und weißen Bohnen und Gemüse(Paprika, Zucchini, Aubergine) dazu ein Brötchen</b> Tomatencremesuppe <sup>3, A, A1, I</sup> Brötchen <sup>A, A1, A3, G</sup>	<b>Spaghetti Carbonara mit Schinkensauce vom Schwein</b>  Spaghetti Carbonara <sup>1, 2, 3, 8, A, A1, C, F, G, I</sup>	
Nährwerte	Kilokalorien: 530kcal / KH: 10,8g / BE: 0,6BE / Fett: 14,7g / Zucker: 0,5g / Salz: 1,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 5,9g / Kilojoule: 1229,3kJ		Kilokalorien: 380,9kcal / KH: 52,4g / BE: 1,4BE / Fett: 2,4g / Zucker: 2g / Salz: 1,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / Kilojoule: 1227,2kJ	Kilokalorien: 635,5kcal / KH: 43,6g / BE: 3,7BE / Fett: 3,9g / Zucker: 0,2g / Salz: 1,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,2g / Kilojoule: 1594,6kJ	
<b>Vegetarisch</b>	<b>Schupfnudelfanne mit mediterranem Gemüse und Dip</b>  Schupfnudeln <sup>1, A, A1, C</sup> Kräuter Quark <sup>3, 5, G, L</sup> Gemüsepfanne <sup>1</sup>		<b>Blumenkohl in Bechamelsauce dazu Salzkartoffeln</b>  Blumenkohl Auflauf <sup>G, 1</sup>	<b>Gemüsetortilla mit Kartoffeln und Ei gebacken</b>  Gemüsetortilla <sup>G</sup>	
Nährwerte	Kilokalorien: 725,9kcal / KH: 83,5g / BE: 0,8BE / Fett: 18,3g / Zucker: g / Salz: 2,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 3g / Kilojoule: 2919,7kJ		Kilokalorien: 180,4kcal / KH: 12,3g / BE: 1BE / Fett: 8,8g / Zucker: 0g / Salz: 0,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 6g / Kilojoule: 822,3kJ	Kilokalorien: 398,9kcal / KH: 24,6g / BE: 2BE / Fett: 11,8g / Zucker: g / Salz: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,5g / Kilojoule: 1637,4kJ	
<b>Gemüse</b>	<b>Kaisergemüse Blumenkohl, Brokkoli, Karotte</b>		<b>Erbsen<sup>1, 1</sup></b>	<b>Karottengemüse<sup>1</sup></b>	
Nährwerte	Kilokalorien: 38,3kcal / KH: 7,1g / BE: 0BE / Fett: 0,3g / Zucker: 4,5g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 160,9kJ		Kilokalorien: 141,8kcal / KH: 15,2g / BE: 0BE / Fett: 2,1g / Zucker: 3,1g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,4g / Kilojoule: 596,6kJ	Kilokalorien: 30,2kcal / KH: 0,2g / BE: 0BE / Fett: 0g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 5kJ	
<b>oder wahlweise</b>					
<b>Salat</b>	<b>Salatmix Eisberg Möhren Weißkohl mit American Dressing</b>		<b>Rohkostsalat Möhren</b>	<b>Tomatensalat</b>	
Nährwerte	Kilokalorien: 80,2kcal / KH: 4g / BE: 0,2BE / Fett: 6,5g / Zucker: 2,4g / Salz: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / Kilojoule: 333,1kJ		Kilokalorien: 29,7kcal / KH: 4,1g / BE: 0,3BE / Fett: 0,1g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 126,1kJ	Kilokalorien: 92,9kcal / KH: 4,8g / BE: 0,4BE / Fett: 0,2g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 406,8kJ	
<b>Pizza &amp; Pasta</b>	<b>Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen</b>  Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce <sup>1, 1</sup> Bolognese Sauce Rind <sup>1</sup>		<b>Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen</b>  Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce <sup>1, 1</sup> Bolognese Sauce Rind <sup>1</sup>	<b>Pizza Pomodoro &amp; Salami &amp; Schinken</b>  Pizza Margarita/Pomodoro <sup>G</sup> Pizza Salami <sup>2, 3, G, I, J</sup> Pizza Prosciutto <sup>2, 3, 8, G</sup>	
<b>Dessert</b>	<b>Wackelpudding<sup>1</sup></b>		<b>Fruchtjoghurt Apfel Aprikose<sup>1, 3</sup></b>	<b>Vanillequark<sup>G</sup></b>	
Nährwerte	Kilokalorien: 70,4kcal / KH: / BE: / Fett: / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: / Kilojoule:		Kilokalorien: 41kcal / KH: 3,2g / BE: 0,3BE / Fett: 0,1g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 119,3kJ	Kilokalorien: 91,8kcal / KH: 9,3g / BE: 0,8BE / Fett: 1g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,5g / Kilojoule: 246,2kJ	
<b>oder wahlweise</b>					
<b>Obst</b>	<b>Apfel</b>		<b>Birne</b>	<b>Apfel</b>	
Nährwerte	Kilokalorien: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 1BE / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 217kJ		Kilokalorien: 78kcal / KH: 18,6g / BE: 1,5BE / Fett: 0,5g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 328,5kJ	Kilokalorien: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 1BE / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 217kJ	



**Betriebsstätte:**  
Mensa Neunkirchen  
Rathausstraße 2A  
53819 Neunkirchen-Seelscheid  
Ansprechpartner: Herr Frank Neumann  
Telefon: 02247 / 900 25 69  
Mail: mensa.nk@dk-kochwerk.de

1 mit Farbstoff / 2 mit Konservierungsstoff / 3 mit Antioxidationsmittel / 4 mit Geschmacksverstärker / 5 geschwefelt / 6 geschwärzt / 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 Haselnüssen, **H3** aus Walnüssen, **H4** aus Cashewnüssen, **H5** aus Pekannüssen, **H6** aus Paranüssen, **H7** aus Pistazien, **H8** aus Macadamianüssen / **I** enthält Sellerie / **J** enthält Senf / **K** enthält Sesam / **L** enthält Schwefeldioxid/Sulfite / **M** enthält Lupine / **N** enthält Weichtiere

**Hinweis**

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.