

## SPEISEANGEBOT

### Mensa Neunkirchen - DGE Komponenten

KW 35	Montag, 28/08/23	Dienstag, 29/08/23	Mittwoch, 30/08/23	Donnerstag, 31/08/23	Freitag, 01/09/23
<b>Tagesgericht</b>	<b>Hühnerfrikassee mit Erbsen und Möhren in der Sauce dazu Vollkornreis</b> Hühnerfrikassee <sup>A, C, F, G, I, J</sup> Vollkornreis		<b>Gebratenes Geflügelhacksteak mit Bratensauce dazu Schwenkkartoffeln</b> Geflügelrikadelle <sup>A, A1, C</sup> Bratensauce <sup>1</sup> Kartoffel	<b>Lachslasagne mit feinem Gemüse kleine Möhren-, Lauch- und Selleriewürfel in Rahmsauce überbacken</b> Lasagne <sup>A, A1, C, D, G, I</sup>	
Nährwerte	Kilokalorien: 565,6kcal / KH: 83,7g / BE: 7BE / Fett: 2g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,5g / Kilojoule: 2468,4kJ		Kilokalorien: 554,9kcal / KH: 18g / BE: 1,4BE / Fett: 2,6g / Zucker: 1g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,1g / Kilojoule: 1695,4kJ	Kilokalorien: 649,5kcal / KH: 12,1g / BE: 1BE / Fett: 15,9g / Zucker: 0g / Salz: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 5,5g / Kilojoule: 1003,8kJ	
<b>oder wahlweise</b>					
<b>Vegetarisch</b>	<b>3 Stück süße Pfannkuchen dazu Apfelmus</b> Pfannkuchen <sup>A, A1, C, G</sup> Apfelmus <sup>3</sup>		<b>Blumenkohl Käse Bratling mit Kartoffeln und Kräuterdip</b> Blumenkohl - Käse Medaillon <sup>1, A, A1, G</sup> Kräuter Quark <sup>3, 5, G, L</sup> Salzkartoffeln	<b>Rahmspinat mit Kartoffeln und Rührei</b> Rahmspinat <sup>G, I</sup> Rührei <sup>1, C, G, I</sup> Salzkartoffeln	
Nährwerte	Kilokalorien: 71,3kcal / KH: 0g / BE: 0BE / Fett: 0g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 3,1kJ		Kilokalorien: 421,4kcal / KH: 21,4g / BE: 1,8BE / Fett: 0,2g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 500,5kJ	Kilokalorien: 403,1kcal / KH: 28,4g / BE: 2,3BE / Fett: 10,3g / Zucker: 0g / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 3g / Kilojoule: 1677,3kJ	
<b>Gemüse</b>	<b>Leipziger Allerlei Erbsen, Möhren, Spargel</b>		<b>Kartottengemüse</b>	<b>Rahmspinat</b>	
Nährwerte	Kilokalorien: 98,9kcal / KH: 11,4g / BE: 0BE / Fett: 1,4g / Zucker: 5,3g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,3g / Kilojoule: 415,2kJ		Kilokalorien: 30,2kcal / KH: 0,2g / BE: 0BE / Fett: 0g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 5kJ	Kilokalorien: 74,2kcal / KH: 5,3g / BE: 0,4BE / Fett: 0g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 277,9kJ	
<b>oder wahlweise</b>					
<b>Salat</b>	<b>Salat Mix Eisberg Endivien Radiccio Dressing American <sup>1, C, J</sup></b>		<b>Möhrensalat <sup>3, 5, L</sup></b>	<b>Salat Mix Eisberg Endivien Radiccio Dressing French <sup>C, G, J</sup></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: 66,9kcal / KH: 5,1g / BE: 0,4BE / Fett: 0,1g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 289,6kJ	Kilokalorien: 66kcal / KH: 2,3g / BE: 0,2BE / Fett: 5,8g / Zucker: 1,9g / Salz: 0,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,5g / Kilojoule: 272,8kJ	
<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</b> Pizza Margarita/Pomodoro <sup>G</sup> Pizza Salami <sup>2, 3, G</sup> Pizza Prosciutto <sup>2, 3, 8, G</sup>	
Nährwerte	Kilokalorien: 132kcal / KH: 20,2g / BE: 1,7BE / Fett: 3,8g / Zucker: / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,3g / Kilojoule: 552kJ		Kilokalorien: 114,2kcal / KH: 15,3g / BE: 1,3BE / Fett: 0,2g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 495,1kJ	Kilokalorien: 243,7kcal / KH: 32,6g / BE: / Fett: 9,3g / Zucker: 18,6g / Salz: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,7g / Kilojoule: 1022,1kJ	
<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

**Die grün hinterlegten Komponenten entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert und mit dem DGE-Logo ausgezeichnet.**



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 Haselnuss, **H3** aus Walnuss, **H4** aus Cashewnuss, **H5** aus Pekanuss, **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