

## SPEISEANGEBOT Mensa Neunkirchen - DGE Komponenten

KW38	Montag, 18/09/23	Dienstag, 19/09/23	Mittwoch, 20/09/23	Donnerstag, 21/09/23	Freitag, 22/09/23
<b>Tagesgericht</b>	<b>Geschnetzeltes "Züricher Art" von der Pute dazu Butterspätzle</b>  Geschnetzeltes Züricher Art <sup>G</sup> Spätzle		<b>Geflügelhacksteak mit leckerer Rahmsauce und Salzkartoffeln</b>  Geflügelrikadelle <sup>A, A1, C</sup> Rahmsauce <sup>1, G</sup> Salzkartoffeln	<b>Fischrikadelle -Aus nachhaltigem Fischfang- an Dill Senfsauce, dazu Kartoffelpüree</b>  Fischrikadelle <sup>A, A1, C, D, G, I, K</sup> Senf Sahnesauce <sup>1, 9, A, A1, G, I, J</sup> Kartoffelstampf <sup>G</sup>	
Nährwerte	Kilokalorien: 401kcal / KH: 24,6g / BE: 2BE / Fett: 2,9g / Zucker: 0g / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 1g / Kilojoule: 1325,8kJ		Kilokalorien: 659,3kcal / KH: 61,8g / BE: 5,1BE / Fett: 2,6g / Zucker: 0,1g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 1g / Kilojoule: 2765kJ	Kilokalorien: 441kcal / KH: 23,9g / BE: 2BE / Fett: 5,6g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,3g / Kilojoule: 1381,7kJ	
<b>oder wahlweise</b>					
<b>Vegetarisch</b>	<b>Gemüsefrikadelle dazu fruchtige Currysauce und Langkornreis</b>  Gemüsefrikadelle <sup>A, A1, C, F, G, I, K</sup> Currysauce fruchtig <sup>1, A, B, D, F, G, I, J, K</sup> Reis		<b>Allgäuer Käsespätzle mit Röstzwiebeln und Sahnesauce</b>  Käsespätzle <sup>G</sup> Sahne Sauce <sup>1, A, A1, G, I</sup>	<b>Eieromelette, dazu Rahmspinat und Salzkartoffeln</b>  Eieromelett <sup>A, A1, C, G</sup> Rahmspinat <sup>G, I</sup> Salzkartoffeln	
Nährwerte	Kilokalorien: 552,5kcal / KH: 72,7g / BE: 0,9BE / Fett: 2g / Zucker: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,7g / Kilojoule: 1726,7kJ		Kilokalorien: 545,3kcal / KH: 41,6g / BE: 3,4BE / Fett: 19g / Zucker: 0,1g / Salz: 1,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 11,5g / Kilojoule: 2274,3kJ	Kilokalorien: 332,7kcal / KH: 32g / BE: 2BE / Fett: 9,1g / Zucker: 0g / Salz: 1,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,9g / Kilojoule: 1354,2kJ	
<b>Gemüse</b>	<b>Möhrengemüse</b>		<b>Grüne Bohnen</b>	<b>Rahmspinat</b>	
Nährwerte	Kilokalorien: 30,2kcal / KH: 0,2g / BE: 0BE / Fett: 0g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 5kJ		Kilokalorien: 32,2kcal / KH: 4,3g / BE: 0,4BE / Fett: 0g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 141,3kJ	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>Wachsbohnenalat<sup>3, 5, L</sup></b>  Kilokalorien: 32,8kcal / KH: 2,3g / BE: 0,2BE / Fett: 0g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 79,3kJ		<b>Gurkensalat Rahm<sup>3, 5, G, L</sup></b>  Kilokalorien: 70,3kcal / KH: 4,7g / BE: 0,4BE / Fett: 2,5g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,6g / Kilojoule: 299,7kJ	<b>Salat Beilage Mix Dressing Joghurt<sup>C, G</sup></b>  Kilokalorien: 52,6kcal / KH: 3,6g / BE: 0,3BE / Fett: 3,5g / Zucker: 2g / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,7g / Kilojoule: 218,8kJ	
<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 Pomodoro & Salami & Schinken Pizza Margarita/Pomodoro <sup>G</sup> Pizza Salami <sup>2, 3, G</sup> Pizza Prosciutto <sup>2, 3, R, G</sup>	
<b>Dessert</b>	<b>Vanillepudding</b>  Kilokalorien: 126kcal / KH: 20,9g / BE: 1,7BE / Fett: 3,2g / Zucker: 0g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,8g / Kilojoule: 529kJ		<b>Apfelmus<sup>3</sup></b>	<b>Schokoladenpudding</b>  Kilokalorien: 299kcal / KH: 30,8g / BE: 2,6BE / Fett: 16g / Zucker: 0g / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,3g / Kilojoule: 1253kJ	
<b>oder wahlweise</b>					
<b>Obst</b>	<b>Apfel</b>  Kilokalorien: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 1BE / Fett: 0,4g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 217kJ		<b>Birne</b>  Kilokalorien: 78kcal / KH: 18,6g / BE: 1,5BE / Fett: 0,5g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 328,5kJ	<b>Apfel</b>  Kilokalorien: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 1BE / Fett: 0,4g / Zucker: 0g / 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 Haselnüssen, **H3** aus Walnüssen, **H4** aus Cashewnüssen, **H5** aus Pekanüssen, **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

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