

SPEISENANGEBOT
Mensa Neunkirchen - DGE Komponenten

KW 46	Montag, 13/11/23	Dienstag, 14/11/23	Mittwoch, 15/11/23	Donnerstag, 16/11/23	Freitag, 17/11/23
Tagesgericht	Geschnetzeltes "Züricher Art" von der Pute dazu Butterspätzle		Geflügelhacksteak mit leckerer Rahmsauce und Salzkartoffeln	Fischfrikadelle -Aus nachhaltigem Fischfang- an Dill Senfsauce, dazu Kartoffelpüree	
	Geschnetzeltes Züricher Art ^G Spätzle		Geflügelfrikadelle ^{A, A1, C} Rahmsauce ^{1, G} Salzkartoffeln	Fischfrikadelle ^{A, A1, C, D, G, I, K} Senf Sahnesauce ^{1, 9, A, A1, G, I, J} Kartoffelstampf ^G	
Nährwerte	Kilokalorien: 401kcal / KH: 24,6g / BE: 2BE / Fett: 2,9g / Zucker: 0g / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 1g / Kilojoule: 1125,8kJ		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: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,3g / Kilojoule: 1381,7kJ	
oder wahlweise					
Alternatives Tagesgericht	Geschnetzeltes "Züricher Art" vom Schwein dazu Vollkornnudeln		Gegrilltes Rinderhacksteak dazu leckere Rahmsauce und Salzkartoffeln	Natur gebratenes Seelachsfilet -Aus nachhaltigem Fischfang- an Senf Dillsauce dazu Salzkartoffeln	
	Geschnetzeltes Züricher Art ^G Vollkorn Nudeln		Rinderhacksteak ^{A, A1, C} Rahmsauce ^{1, G} Salzkartoffeln	Gebratenes Seelachsfilet ^{1, A, A1, D} Senf Sahnesauce ^{1, 9, A, A1, G, I, J} Salzkartoffeln	
Nährwerte	Kilokalorien: 598kcal / KH: 63,4g / BE: 5,3BE / Fett: 5,6g / Zucker: 0g / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,7g / Kilojoule: 2518,8kJ		Kilokalorien: 358,9kcal / KH: 20,9g / BE: 1,7BE / Fett: 0,8g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,5g / Kilojoule: 725,1kJ	Kilokalorien: 355,5kcal / KH: 32,8g / BE: 2,7BE / Fett: 1,3g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / Kilojoule: 1509,4kJ	
Vegetarisch	Gemüsefrikadelle dazu fruchtige Currysauce und Langkornreis		Allgäuer Käsespätzle mit Röstzwiebeln und Sahnesauce	Eieromelette, dazu Rahmspinat und Salzkartoffeln	
	Gemüsefrikadelle ^{A, A1, C, F, G, I, K} Currysauce fruchtig ^{1, A, B, D, F, G, I, J, K} Reis 		Käsespätzle ^G Sahne Sauce ^{1, A, A1, G, I} 	Eieromelett ^{A, A1, C, G} Rahmspinat ^{G, 1} Salzkartoffeln 	
Nährwerte	Kilokalorien: 552,5kcal / KH: 72,7g / BE: 0,9BE / Fett: 2g / Zucker: g / Salz: 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: g / Salz: 1,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,9g / Kilojoule: 1354,2kJ	
Gemüse	Möhrengemüse 		Grüne Bohnen 	Rahmspinat 	
	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: g / 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	
oder wahlweise					
Salat	Wachsbohnnensalat^{3, 5, L}		Gurkensalat Rahm^{3, 5, G, L}	#REF!	
	Kilokalorien: 32,8kcal / KH: 2,3g / BE: 0,2BE / Fett: 0g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 79,3kJ		Kilokalorien: 70,3kcal / KH: 4,7g / BE: 0,4BE / Fett: 2,5g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,6g / Kilojoule: 299,7kJ	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	
Pizza & Pasta	Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce ^{1, 1} Bolognese Sauce Rind ¹		Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce ^{1, 1} Bolognese Sauce Rind ¹	Pizza Pomodoro & Salami & Schinken Pizza Margarita/Pomodoro ^G Pizza Salami ^{2, 3, G} Pizza Prosciutto ^{2, 3, 8, G}	
Dessert	Vanillepudding		Apfelmus³ 	Schokoladenpudding	
	Kilokalorien: 126kcal / KH: 20,9g / BE: 1,7BE / Fett: 3,2g / Zucker: / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,8g / Kilojoule: 529kJ		Kilokalorien: 67kcal / KH: / BE: / Fett: / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: / Kilojoule: 328,5kJ	Kilokalorien: 299kcal / KH: 30,8g / BE: 2,6BE / Fett: 16g / Zucker: / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,3g / Kilojoule: 1253kJ	
oder wahlweise					
Obst	Apfel		Birne	Apfel	
	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: 0,1g / 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 Haselnüssen, **H3** aus Walnuss, **H4** aus Cashewnuss, **H5** aus Pekanuss, **H6** aus Paranuss, **H7** aus Pistazie, **H8** aus Macadamianuss / **I** 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