

SPEISEANGEBOT

Mensa Neunkirchen - DGE Komponenten

| KW 2 | Montag, 08/01/24 | Dienstag, 09/01/24 | Mittwoch, 10/01/24 | Donnerstag, 11/01/24 | Freitag, 12/01/24 |
|----------------------------------|---|--------------------|---|--|-------------------|
| Tagesgericht | Geschnetzeltes "Züricher Art" von der Pute dazu Butterspätzle Geschnetzeltes Züricher Art ^{G, I} Spätzle ^{A, A1} Nährwerte: Kilokalorien: 359,6kcal / KH: 24,6g / BE: 2BE / Fett: 2,9g / Zucker: 0g / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 1g / Kilojoule: 942,7kJ | | Geflügelhacksteak mit leckerer Rahmsauce und Salzkartoffeln Geflügelrikadelle ^{A, A1, C} Rahmsauce ^{1, G} Salzkartoffeln Nährwerte: Kilokalorien: 630kcal / KH: 61,8g / BE: 5,1BE / Fett: 2,6g / Zucker: / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 1g / Kilojoule: 2643,9kJ | Fischfrikadelle -Aus nachhaltigem Fischfang- an Dill Senfsauce, dazu Kartoffelpüree Fischfrikadelle ^{1, A, A1, D} Senf Sahnesauce ^{1, 9, A, A1, G, I, J} Kartoffelstampf ^G Nährwerte: Kilokalorien: 400,1kcal / KH: 31,1g / BE: 2,6BE / Fett: 5,8g / Zucker: g / Salz: 0,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,5g / Kilojoule: 1689,9kJ | |
| oder wahlweise | | | | | |
| Alternatives Tagesgericht | Geschnetzeltes "Züricher Art" vom Schwein dazu Vollkornnudeln Geschnetzeltes Züricher Art ^{G, I} Vollkorn Nudeln ^{A, A1} Nährwerte: Kilokalorien: 564,9kcal / KH: 63,4g / BE: 5,3BE / Fett: 5,6g / Zucker: 0g / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,7g / Kilojoule: 2372,3kJ | | Gegrilltes Rinderhacksteak dazu leckere Rahmsauce und Salzkartoffeln Rinderhacksteak ^{A, A1, C} Rahmsauce ^{1, G} Salzkartoffeln Nährwerte: Kilokalorien: 358,4kcal / KH: 20,8g / BE: 1,7BE / Fett: 0,8g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,5g / Kilojoule: 723,3kJ | Natur gebratenes Seelachsfilet -Aus nachhaltigem Fischfang- an Senf Dillsauce dazu Salzkartoffeln Gebratenes Seelachsfilet ^{1, A, A1, D} Senf Sahnesauce ^{1, 9, A, A1, G, I, J} Salzkartoffeln Nährwerte: Kilokalorien: 1548,3kcal / KH: 31g / BE: 2,6BE / Fett: 13,5g / Zucker: g / Salz: 1,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,4g / Kilojoule: 6517kJ | |
| Vegetarisch | Gemüsefrikadelle dazu fruchtige Currysauce und Langkornreis Gemüsefrikadelle ^{A, A1, C, F, G, I, K} Currysauce fruchtig ^{A, B, D, F, G, I, I, K} Reis  Nährwerte: Kilokalorien: 479,9kcal / KH: 71,9g / BE: 6BE / Fett: 1,4g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / Kilojoule: 1411,7kJ | | Allgäuer Käsespätzle mit Röstzwiebeln und Sahnesauce Käsespätzle ^{A, A1, G} Sahne Sauce ^{G, I}  Nährwerte: Kilokalorien: 412,6kcal / KH: 39,3g / BE: 3,2BE / Fett: 13,1g / Zucker: 0g / Salz: 1g / davon gesättigte Fettsäuren: 7,5g / Kilojoule: 1719,4kJ | Eieromelette dazu Rahmspinat und Salzkartoffeln Eieromelett ^{A, A1, C, G} Rahmspinat ^{G, I} Salzkartoffeln  Nährwerte: 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  Nährwerte: Kilokalorien: 30,2kcal / KH: 0,2g / BE: 0BE / Fett: 0g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 5kJ | | Grüne Bohnen  Nährwerte: Kilokalorien: 32,2kcal / KH: 4,3g / BE: 0,4BE / Fett: 0g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 141,3kJ | Rahmspinat  Nährwerte: 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 | Wachsbohnenalat ^{3, 5, L} Nährwerte: Kilokalorien: 33,4kcal / KH: 4,2g / BE: 0,3BE / Fett: 0,2g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 143,1kJ | | Gurkensalat Rahm ^{3, 5, G, L} Nährwerte: Kilokalorien: 70,3kcal / KH: 4,7g / BE: 0,4BE / Fett: 2,5g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,5g / Kilojoule: 299,7kJ | Salat Beilage Mix Lollo Rosso/Bionda Eichblatt Dressing Joghurt ^{C, G} Nährwerte: 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 ^{A, A1} Tomaten Basilikumsauce ^{1, 1} Bolognese Sauce Rind ¹ | | Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen Spiralnudeln ^{A, A1} Tomaten Basilikumsauce ^{1, 1} Bolognese Sauce Rind ¹ | Pizza Pomodoro & Salami & Schinken Pizza Margarita/Pomodoro ^{A, A1, G} Pizza Salami ^{2, 3, G, I, J} Pizza Prosciutto ^{2, 3, 8, G} | |
| Dessert | Vanillepudding ^G Nährwerte: Kilokalorien: 126kcal / KH: 20,9g / BE: 1,7BE / Fett: 3,2g / Zucker: / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,8g / Kilojoule: 529kJ | | Apfelmus ³ Nährwerte: Kilokalorien: 67kcal / KH: / BE: / Fett: / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: / Kilojoule: | Schokoladenpudding ^G Nährwerte: 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 Nährwerte: Kilokalorien: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 1BE / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 217kJ | | Birne Nährwerte: Kilokalorien: 78kcal / KH: 18,6g / BE: 1,5BE / Fett: 0,5g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 328,5kJ | Apfel Nährwerte: 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.