

SPEISENANGEBOT

Mensa Neunkirchen - DGE Komponenten

KW 6	Montag, 05/02/24	Dienstag, 06/02/24	Mittwoch, 07/02/24	Donnerstag, 08/02/24	Freitag, 09/02/24
Tagesgericht	5 Stück Köttbular vom Schwein mit Preiselbeersauce dazu Schwenkkartoffeln Köttbular ¹ Preiselbeersauce ^{1, 3, 5, G, L} Kartoffel Nährwerte: Kilokalorien: 392,2kcal / KH: 19,4g / BE: 1,6BE / Fett: 0,6g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,4g / Kilojoule: 547,1kJ		Curryragout von der Pute mit Früchten und Kokosmilch dazu Langkornreis Putenleulencurry ^{1, 3, A, B, D, F, G, L, J, K} Reis Nährwerte: Kilokalorien: 491,2kcal / KH: 66,1g / BE: 5,5BE / Fett: 3,5g / Zucker: 0g / Salz: 0,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / Kilojoule: 2059,8kJ	Käse Lauch Suppe mit Kartoffelwürfel und Rinderhackfleisch dazu Baguette Käse Lauchsuppe ^{G, 1} Baguette ^{A, A1, K} Nährwerte: Kilokalorien: 285,7kcal / KH: 20g / BE: 1,7BE / Fett: 5,7g / Zucker: 0g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,5g / Kilojoule: 1156kJ	
Alternatives Tagesgericht	5 Stück Köttbular Geflügel mit Preiselbeersauce dazu Schwenkkartoffeln Köttbular Geflügel ^{A, A1, C, G, L, J} Preiselbeersauce ^{1, 3, 5, G, L} Kartoffel Nährwerte: Kilokalorien: 327,3kcal / KH: 25,4g / BE: 2,1BE / Fett: 0,6g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,4g / Kilojoule: 1131,9kJ		Curryragout vom Schwein mit Früchten und Kokosmilch dazu Langkornreis Schweineragout Curry ^{1, 3, A, B, D, F, G, L, J, K} Reis Nährwerte: Kilokalorien: 611,7kcal / KH: 70,4g / BE: 5,9BE / Fett: 9,7g / Zucker: g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,3g / Kilojoule: 2431,1kJ	Käse Lauch Suppe vegetarisch mit Kartoffelwürfeln und Schmelzkäse dazu Baguettebrot Käse Lauchsuppe vege ^{G, 1} Baguette ^{A, A1, K} Nährwerte: Kilokalorien: 225,9kcal / KH: 23,6g / BE: 2BE / Fett: 1,4g / Zucker: 0g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,7g / Kilojoule: 905,9kJ	
Vegetarisch	Vollkornnudeln und Gemüsesauce aus Möhren, Mais, Erbsen Vollkorn Nudeln ^{A, A1} Gemüsebolognese ^{1, A, A1, l} Nährwerte: Kilokalorien: 441,8kcal / KH: 73,5g / BE: 5,9BE / Fett: 3,3g / Zucker: g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / Kilojoule: 1768,6kJ		3 Stück Schwäbische Maultaschen Vegetarisch gefüllt im Gemüsesud dazu Rahmsauce Maultaschen ^{A, A1, C, l} Kräuterrahmsauce hell ^{G, 1} Nährwerte: Kilokalorien: 109,2kcal / KH: 16,4g / BE: 1,3BE / Fett: 0,1g / Zucker: 0,5g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 527,8kJ	Warmer Milchreis dazu Pfirsichkompott mit Zimt und Zucker Milchreis ^{1, G} Pfirsichkompott Nährwerte: Kilokalorien: 256,2kcal / KH: 22,2g / BE: 1,9BE / Fett: 4g / Zucker: / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,4g / Kilojoule: 706,9kJ	
Gemüse	Balkangemüse ¹ Brechbohnen, Erbsen, Möhren, Mais Nährwerte: Kilokalorien: 45,6kcal / KH: 5,7g / BE: 0,5BE / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 190,8kJ		Gartengemüse ¹ Erbsen, Möhren, Bohnen Nährwerte: Kilokalorien: 62,1kcal / KH: 8,8g / BE: 0BE / Fett: 0,6g / Zucker: 6,2g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 260,4kJ	Ratatouillegemüse Paprika, Zucchini, Aubergine, Tomate Nährwerte: Kilokalorien: 56,7kcal / KH: 7,2g / BE: 0,3BE / Fett: 2,9g / Zucker: 2,7g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,5g / Kilojoule: 262,9kJ	
oder wahlweise					
Salat	Feiner Möhrensalat Nährwerte: Kilokalorien: 29,7kcal / KH: 4,1g / BE: 0,3BE / Fett: 0,1g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 126,1kJ		Farmersalat Weißkohl, Möhren, Sellerie, Äpfel Nährwerte: Kilokalorien: 68,9kcal / KH: 6,2g / BE: 0,5BE / Fett: 2,9g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,4g / Kilojoule: 289,9kJ	Eisbergsalat mit Frenchdressing Nährwerte: Kilokalorien: 78,6kcal / KH: 4,9g / BE: 0,4BE / Fett: 5,9g / Zucker: g / Salz: 0,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,5g / Kilojoule: 325,9kJ	
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, L, J} Pizza Prosciutto ^{2, 3, 8, G}	
Dessert	Vanillepudding 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 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; **AS** aus Dinkel; **B** enthält Krebstiere; **C** enthält Ei; **D** enthält Fisch; **E** enthält Erdnüsse; **F** enthält Soja; **G** enthält Milch einseh. 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

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