

SPESISENANGEBOT
Mensa Neunkirchen - DGE Komponenten

KW 4	Montag, 22.01.24	Dienstag, 23.01.24	Mittwoch, 24.01.24	Donnerstag, 25.01.24	Freitag, 26.01.24
Tagesgericht	Gebratene Hähnchenbrust mit fruchtiger Tomatensauce dazu Kräuterkartoffeln Hähnchenbrust Tomatensauce ¹ Salzkartoffeln	Currywurst vom Schwein in leckerer Sauce dazu Kartoffelspalten Currywurstgulasch ⁸ Kartoffelspalten	Schweinegeschnetzeltes "Züricher Art" in Rahmsauce mit Champignons dazu Langkornreis Geschnetzeltes Züricher Art Schwein ^G Reis	Deftiger Erbseneintopf -vegetarisch- mit Kartoffel- und Gemüswürfeln dazu eine Scheibe Graubrot Erbseneintopf ¹ Graubrot ^{A, A1, A2}	
Nährwerte	Kilokalorien: 251kcal / KH: 27g / BE: 2,2BE / Fett: 3g / Zucker: g / Salz: 0,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / Kilojoule: 1088,9kJ	Kilokalorien: 616kcal / KH: 47,6g / BE: 3,9BE / Fett: 35,7g / Zucker: 0,6g / Salz: 5,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 13,5g / Kilojoule: 2558,3kJ	Kilokalorien: 616kcal / KH: 47,6g / BE: 3,9BE / Fett: 35,7g / Zucker: 0,6g / Salz: 5,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 13,5g / Kilojoule: 2558,3kJ	Kilokalorien: 213,8kcal / KH: 37g / BE: 3BE / Fett: 1,8g / Zucker: g / Salz: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,3g / Kilojoule: 898,4kJ	
oder wahlweise					
Vegetarisch	Germknödel mit Kirschfüllung und Vanillesauce Germknödel ^{A, A1, C, G} Vanillesauce ^G 	Fleischfreier Bratling "Valeess" Schnitzel aus Milch mit Käsesauce dazu Vollkornnudeln Valeess Schnitzel ^{A, A1, AA, C, G} Käsesauce ^{G, 1} Vollkorn Nudeln ^{A, A1} 	Vegetarische Frühlingsrolle mit Currysauce und Asianudeln Vegetarische Frühlingsrolle Currysauce fruchtig ^{A, B, D, F, G, I, J, K} Mie Nudeln ^K 	Ricotta Spinaci Cannelloni mit Käse überbacken in Tomaten Basilikumsauce Cannelloni ^{A, A1, C, G, I} 	
Nährwerte	Kilokalorien: 552,2kcal / KH: 93,1g / BE: 7,8BE / Fett: 12,4g / Zucker: / Salz: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 4,1g / Kilojoule: 2310,5kJ	Kilokalorien: 604,5kcal / KH: 82,7g / BE: 5,9BE / Fett: 13,6g / Zucker: 0,9g / Salz: 1,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,4g / Kilojoule: 2590,8kJ	Kilokalorien: 608,5kcal / KH: 60,3g / BE: 5BE / Fett: 29,9g / Zucker: g / Salz: 1,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 13,5g / Kilojoule: 2555,8kJ	Kilokalorien: 241,3kcal / KH: 9,4g / BE: 0,7BE / Fett: 16,9g / Zucker: 0,1g / Salz: 0,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,8g / Kilojoule: 1014,6kJ	
Gemüse	Kohlrabi in Rahm^G 	Bunte Möhren 	Sommergemüse Bohnen, Erbsen, Möhren Blumenkohl 	Brokkoli 	
Nährwerte	Kilokalorien: 55kcal / KH: 9g / BE: 0,5BE / Fett: 0,1g / Zucker: 3,1g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 281,9kJ	Kilokalorien: 31,5kcal / KH: 4,8g / BE: 0,4BE / Fett: 0,3g / Zucker: / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 131,3kJ	Kilokalorien: 71,6kcal / KH: 10,2g / BE: 0BE / Fett: 0,7g / Zucker: 7,1g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / Kilojoule: 300,1kJ	Kilokalorien: 39,3kcal / KH: 3,7g / BE: 0,3BE / Fett: 0,3g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 166,5kJ	
oder wahlweise					
Salat	Gurkensalat Kilokalorien: 34,8kcal / KH: 3,5g / BE: 0,3BE / Fett: 0,2g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 150,7kJ	Kidneybohnen - Maissalat Kilokalorien: 73,9kcal / KH: 11g / BE: 0,9BE / Fett: 0,5g / Zucker: 0g / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 390,8kJ	Pusztasalat mit Weißkohl, Paprika Kilokalorien: 38,3kcal / KH: 3g / BE: 0,3BE / Fett: 0,2g / Zucker: 0g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 165,3kJ	Farmersalat Weißkohl, Möhren, Sellerie, Äpfel 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	
Pizza & Pasta	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, I, J} Pizza Prosciutto ^{2, 3, 8, G}	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, I, J} Pizza Prosciutto ^{2, 3, 8, G}	
Dessert	Birnenquark^G Kilokalorien: 65,3kcal / KH: 6,7g / BE: 0,3BE / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 284,8kJ	Schokoladenpudding Kilokalorien: 299kcal / KH: 30,8g / BE: 2,6BE / Fett: 16g / Zucker: / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,3g / Kilojoule: 1253kJ	Müsliriegel^{A, A1, A3, A4, E, G} Kilokalorien: 109,8kcal / KH: 11g / BE: 0,9BE / Fett: 0g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 392,3kJ	Beerenjoghurt^G Kilokalorien: 68kcal / KH: 10,4g / BE: 0,9BE / Fett: 0,1g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 301,1kJ	
oder wahlweise					
Obst	Apfel Kilokalorien: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 1BE / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 217kJ	Banane Kilokalorien: 142,5kcal / KH: 32,1g / BE: 2,7BE / Fett: 0,3g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 597kJ	Birne Kilokalorien: 78kcal / KH: 18,6g / BE: 1,5BE / Fett: 0,5g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 328,5kJ	Apfel 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 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

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.