

SPEISEANGEBOT

Mensa Neunkirchen - DGE Komponenten

KW19	Montag, 06.05.24	Dienstag, 07.05.24	Mittwoch, 08.05.24	Donnerstag, 09.05.24	Freitag, 10.05.24
Tagesgericht	Rindergulasch "Ungarische Art" mit Zwiebeln und Paprika, dazu Langkornreis Rindergulasch ^G Reis	4 Stück Nürnberger Rostbratwürstchen mit Bratensauce dazu Kartoffelstampf Nürnberger Rostbratwürstchen ^{8, G} Bratensauce ¹ Kartoffelstampf ^G	Putentasche "Cordon bleu" mit Putenschinken und Käse gefüllt dazu Rahmsauce und Vollkornreis Putentasche Cordon bleu ^{1, 2, 8, A, A1, A3, G} Rahmsauce ^{1, G} Vollkornreis	Italienische Minestrone "vegetarisch" mit Tomaten, Nudeln dazu Brot Minestrone ¹ Baguette ^{A, A1}	
Nährwerte	Kilokalorien: 568,7kcal / KH: 68,4g / BE: 5,6BE / Fett: 1,5g / Zucker: 1,2g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,8g / Kilojoule: 2440,2kJ	Kilokalorien: 428,7kcal / KH: 17,1g / BE: 1,4BE / Fett: 2,9g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,8g / Kilojoule: 707,8kJ	Kilokalorien: 428,7kcal / KH: 17,1g / BE: 1,4BE / Fett: 2,9g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,8g / Kilojoule: 707,8kJ	Kilokalorien: 92kcal / KH: 8,1g / BE: 0,2BE / Fett: 5,6g / Zucker: 3,9g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,9g / Kilojoule: 392,2kJ	
oder wahlweise					
Vegetarisch	3 Stück Eierpfannkuchen mit Beerengrütze Eierpfannkuchen ^{A, A1, C, G} Beerengrütze	Vegetarische Tortellini mit Gemüsefüllung in Käserahmsauce Tortellini ^{A, A1, C, G} Käsesauce ^{G, I}	Mailänder Gnocchi Pfanne mit Paprika, Zucchini, und Zwiebeln dazu Tomatensauce Gnocchipfanne ^{A, A1, C} Tomaten Basilikumsauce ^{1, I}	Blumenkohl-Käse Bratling mit Kräuterquark und Cous Cous Blumenkohl - Käse Medaillon ^{A, A1, G} Kräuter Quark ^{3, 5, G, I} Cous Cous ^{A, F, G, I, J}	
Nährwerte	Kilokalorien: 483,5kcal / KH: 32g / BE: 2,7BE / Fett: 0,2g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 594,1kJ	Kilokalorien: 253,1kcal / KH: 23,3g / BE: 1,9BE / Fett: 2,9g / Zucker: g / Salz: 0,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 5,7g / Kilojoule: 1125,6kJ	Kilokalorien: 701,7kcal / KH: 130,9g / BE: 0,9BE / Fett: 12,8g / Zucker: g / Salz: 3,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,5g / Kilojoule: 2970,4kJ	Kilokalorien: 33,9kcal / KH: 3,5g / BE: 0,3BE / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 144,1kJ	
Gemüse	Balkangemüse ¹ Brechbohnen, Erbsen, Möhren, Mais	Rahmsauerkraut ^{G, I}	Mischgemüse ¹ Erbsen, Möhren	Blumenkohl	
Nährwerte	Kilokalorien: 45,6kcal / KH: 5,7g / BE: 0,5BE / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,3g / Kilojoule: 190,8kJ	Kilokalorien: 107,2kcal / KH: 8,4g / BE: 0,6BE / Fett: 5,1g / Zucker: g / Salz: 0,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,3g / Kilojoule: 438,2kJ	Kilokalorien: 99,2kcal / KH: 14,7g / BE: 1,2BE / Fett: 0,6g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / Kilojoule: 415,6kJ	Kilokalorien: 33,9kcal / KH: 3,5g / BE: 0,3BE / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 144,1kJ	
oder wahlweise					
Salat	Salat Dressing Joghurt ^{C, G}	Möhrensalat ^{3, 5, L}	Eisbergsalat Dressing American ^{1, C, J}	Gurkensalat ^{3, 5, L}	
Nährwerte	Kilokalorien: 45kcal / KH: 2,5g / BE: 0,2BE / Fett: 3,4g / Zucker: 2g / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,7g / Kilojoule: 186,1kJ	Kilokalorien: 29,7kcal / KH: 4,1g / BE: 0,3BE / Fett: 0,1g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 126,1kJ	Kilokalorien: 85,2kcal / KH: 5,4g / BE: 0,4BE / Fett: 6,5g / Zucker: g / Salz: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / Kilojoule: 353,5kJ	Kilokalorien: 34,8kcal / KH: 3,5g / BE: 0,3BE / Fett: 0,2g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 150,7kJ	
Pizza & Pasta	Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen Spiralnudeln ^{A, A1} Tomaten Basilikumsauce ^{1, I} 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}	Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen Spiralnudeln ^{A, A1} Tomaten Basilikumsauce ^{1, I} 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	Stracciatellajoghurt ^G	Milchreis kalt als Dessert ^{1, G}	Fruchtquark Apfel Pfirsich ^G	Kuchenstück ^{A, A1, C, G}	
Nährwerte	Kilokalorien: 132kcal / KH: 20,2g / BE: 1,7BE / Fett: 3,8g / Zucker: g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,3g / Kilojoule: 552kJ	Kilokalorien: 86,8kcal / KH: 6,4g / BE: 0,5BE / Fett: 1,4g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,9g / Kilojoule: 231,5kJ	Kilokalorien: 92,6kcal / KH: 11,7g / BE: 1BE / Fett: 0,2g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 396,7kJ	Kilokalorien: 243,7kcal / KH: 32,6g / BE: / Fett: 9,3g / Zucker: 18,6g / Salz: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,7g / Kilojoule: 1022,1kJ	
oder wahlweise					
Obst	Apfel	Banane	Birne	Apfel	
Nährwerte	Kilokalorien: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 1BE / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 217kJ	Kilokalorien: 142,5kcal / KH: 32,1g / BE: 2,7BE / Fett: 0,3g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 597kJ	Kilokalorien: 78kcal / KH: 18,6g / BE: 1,5BE / Fett: 0,5g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / 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

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

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.