







SPEISENANGEBOT

Mensa Neunkirchen - DGE Komponenten

KW 20	Montag, 16.05.22	Dienstag, 17.05.22	Mittwoch, 18.05.22	Donnerstag, 19.05.22	Freitag, 20.05.22
Tagesgericht	Gebratene Hähnchenbrust mit fruchtiger Tomatensauce dazu Kräuterkartoffeln	Geflügel Currywurst mit leckerer Sauce und Kartoffelspalten	Geflügelgeschmetzeltes "Züricher Art" in Rahmsauce mit Champignons und Vollkornreis	Deftiger Erbseneintopf -vegetarisch- mit Kartoffel- und Gemüsewürfeln Lauch Sellerie Möhre dazu eine Scheibe Graubrot	
	Hähnchenbrust Tomatensauce Salzkartoffeln	Geflügelbratwurst Currywurstsauce Kartoffelspalten	Züricher Geschmetzeltes Pute ^G Vollkornreis	Erbseneintopf ¹ Graubrot ^{A, A1, A2}	
Nährwerte	Kilokalorien: 277,7kcal / KH: 27g / BE: 2,28E / Fett: 6g / Zucker: g / Salz: 0,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 1g / Kilojoule: 1199,6kJ	Kilokalorien: 482,1kcal / KH: 54,6g / BE: 4,58E / Fett: 18,6g / Zucker: 0,5g / Salz: 5,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,1g / Kilojoule: 2018,3kJ	Kilokalorien: 518kcal / KH: 62,1g / BE: 5,28E / Fett: 11,3g / Zucker: 0,1g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,9g / Kilojoule: 2171,1kJ	Kilokalorien: 217,7kcal / KH: 38g / BE: 2,78E / Fett: 1,8g / Zucker: g / Salz: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,3g / Kilojoule: 916,7kJ	
oder wahlweise					
Vegetarisch	Germknödel mit Kirschfüllung und Vanillesauce	Fleischfreier Bratling "Valess" Schnitzel aus Milch mit Käsesauce dazu Vollkornnudeln	Vegetarische Frühlingsrolle mit Currysaucen und Asianudeln	Ricotta Spinaci Cannelloni mit Käse überbacken in Tomaten Basilikumsauce	
	Germknödel Vanillesauce ^G	Valess Schnitzel ^{A, A1, A4, C, G} Käsesauce ^{G, 1} Vollkorn Nudeln	Vegetarische Frühlingsrolle Currysaucen fruchtig ^{1, A, B, D, F, G, L, J, K} Mie Nudeln ⁴	Cannelloni ^{A, A1, C, G, 1}	
Nährwerte	Kilokalorien: 592,7kcal / KH: 103,1g / BE: 8,68E / Fett: 12,4g / Zucker: / Salz: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 4,1g / Kilojoule: 2480,2kJ	Kilokalorien: 664,4kcal / KH: 81,4g / BE: 5,88E / Fett: 16,6g / Zucker: 0,9g / Salz: 1,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 5,4g / Kilojoule: 2839,4kJ	Kilokalorien: 677,8kcal / KH: 61,6g / BE: 5,18E / Fett: 29,9g / Zucker: g / Salz: 1,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 13,5g / Kilojoule: 2842kJ	Kilokalorien: 241,3kcal / KH: 9,4g / BE: 0,78E / Fett: 16,9g / Zucker: 0,1g / Salz: 0,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,8g / Kilojoule: 1014,6kJ	
Gemüse	Kohlrabi in Rahm	Bunte Möhren	Sommergemüse, Bohnen, Erbsen, Möhren Blumen	Brokkoli	
					
Nährwerte	Kilokalorien: 55kcal / KH: 9g / BE: 0,58E / Fett: 0,1g / Zucker: 3,1g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 261,9kJ	Kilokalorien: 31,5kcal / KH: 4,8g / BE: 0,48E / Fett: 0,3g / Zucker: / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 131,3kJ	Kilokalorien: 60,2kcal / KH: 8,6g / BE: 0,8E / Fett: 0,5g / Zucker: 5,9g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 252,3kJ	Kilokalorien: 39,3kcal / KH: 3,7g / BE: 0,38E / Fett: 0,3g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 166,5kJ	
oder wahlweise					
Salat	Gurkensalat ^{3, 5, L}	Kidneybohnen Mais Salat	Pusztasalat ^{3, 5, L} mit Weißkohl und Paprika	Farmersalat ^{3, 5, L} mit Weißkohl und Möhren	
	Kilokalorien: 48,3kcal / KH: 4,6g / BE: 0,48E / Fett: 0,2g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 209,1kJ	Kilokalorien: 78,8kcal / KH: 11,5g / BE: 1,8E / Fett: 0,5g / Zucker: 0g / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 439kJ	Kilokalorien: 57,7kcal / KH: 3g / BE: 0,38E / Fett: 0,2g / Zucker: 0g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 251,1kJ	Kilokalorien: 68,9kcal / KH: 6,2g / BE: 0,58E / Fett: 2,9g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,4g / Kilojoule: 289,9kJ	
Pizza & Pasta	Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen	Pizza Pomodoro & Salami & Schinken	Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen	Pizza Pomodoro & Salami & Schinken	
	Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce ^{1, 1} Bolognese Sauce Rind ¹	Pizza Margarita/Pomodoro ^G Pizza Salami ^{2, 3, G} Pizza Prosciutto ^{2, 3, 8, G}	Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce ^{1, 1} Bolognese Sauce Rind ¹	Pizza Margarita/Pomodoro ^G Pizza Salami ^{2, 3, G} Pizza Prosciutto ^{2, 3, 8, G}	
Dessert	Birnenquark ^G	Schokoladenpudding	Müsliriegel ^{A, A1, A3, A4, E, G}	Beerenjoghurt ^G	
	Kilokalorien: 114kcal / KH: 16,1g / BE: 1,18E / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 497,1kJ	Kilokalorien: 299kcal / KH: 30,8g / BE: 2,68E / Fett: 16g / Zucker: / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,3g / Kilojoule: 1253kJ	Kilokalorien: 109,8kcal / KH: 11g / BE: 0,98E / Fett: 0g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 392,3kJ	Kilokalorien: 88,3kcal / KH: 15,4g / BE: 1,38E / Fett: 0,1g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 385,9kJ	
oder wahlweise					
Obst	Apfel	Banane	Birne	Apfel	
	Kilokalorien: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 1,8E / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 217kJ	Kilokalorien: 142,5kcal / KH: 32,1g / BE: 2,78E / Fett: 0,3g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 597kJ	Kilokalorien: 78kcal / KH: 18,6g / BE: 1,58E / Fett: 0,5g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 328,5kJ	Kilokalorien: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 1,8E / 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 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.