

## 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	<b>Gebratene Hähnchenbrust mit fruchtiger Tomatensauce dazu Kräuterkartoffeln</b>	<b>Geflügel Currywurst mit leckerer Sauce und Kartoffelspalten</b>	<b>Geflügelgeschneitztes "Züricher Art" in Rahmsauce mit Champignons und Vollkornreis</b>	<b>Deftiger Erbseneintopf -vegetarisch- mit Kartoffel- und Gemüsewürfeln Lauch Sellerie Möhre dazu eine Scheibe Graubrot</b>	
	Hähnchenbrust Tomatensauce Salzkartoffeln	Geflügelbratwurst Currywurstsauce Kartoffelspalten	Züricher Geschneitztes Pute <sup>G</sup> Vollkornreis	Erbseneintopf <sup>1</sup> Graubrot <sup>A, A1, A2</sup>	
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	
<b>oder wahlweise</b>					
Vegetarisch	<b>Germknödel mit Kirschfüllung und Vanillesauce</b>	<b>Fleischfreier Bratling "Vales" Schnitzel aus Milch mit Käsesauce dazu Vollkornnudeln</b>	<b>Vegetarische Frühlingsrolle mit Currysaucen und Asianudeln</b>	<b>Ricotta Spinaci Cannelloni mit Käse überbacken in Tomaten Basilikumsauce</b>	
	Germknödel Vanillesauce <sup>G</sup>	Vales Schnitzel <sup>A, A1, A4, C, G</sup> Käsesauce <sup>G, 1</sup> Vollkorn Nudeln	Vegetarische Frühlingsrolle Currysaucen fruchtig <sup>1, A, B, D, F, G, L, J, K</sup> Mie Nudeln <sup>4</sup>	Cannelloni <sup>A, A1, C, G, 1</sup>	
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	<b>Kohlrabi in Rahm</b>	<b>Bunte Möhren</b>	<b>Sommergemüse, Bohnen, Erbsen, Möhren Blumen</b>	<b>Brokkoli</b>	
					
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	
<b>oder wahlweise</b>					
Salat	<b>Gurkensalat <sup>3, 5, L</sup></b>	<b>Kidneybohnen Mais Salat</b>	<b>Pusztasalat <sup>3, 5, L</sup> mit Weißkohl und Paprika</b>	<b>Farmersalat <sup>3, 5, L</sup> mit Weißkohl und Möhren</b>	
					
Nährwerte	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	<b>Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen</b>	<b>Pizza Pomodoro &amp; Salami &amp; Schinken</b>	<b>Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen</b>	<b>Pizza Pomodoro &amp; Salami &amp; Schinken</b>	
	Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce <sup>1, 1</sup> Bolognese Sauce Rind <sup>1</sup>	Pizza Margarita/Pomodoro <sup>G</sup> Pizza Salami <sup>2, 3, G</sup> Pizza Prosciutto <sup>2, 3, 8, G</sup>	Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce <sup>1, 1</sup> Bolognese Sauce Rind <sup>1</sup>	Pizza Margarita/Pomodoro <sup>G</sup> Pizza Salami <sup>2, 3, G</sup> Pizza Prosciutto <sup>2, 3, 8, G</sup>	
Nährwerte	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	
<b>oder wahlweise</b>					
Obst	<b>Apfel</b>	<b>Banane</b>	<b>Birne</b>	<b>Apfel</b>	
					
Zusatzstoffe Allergene					
Nährwerte	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.