

SPEISEANGEBOT
Mensa Neunkirchen - DGE Komponenten

KW 38	Montag, 19.09.22	Dienstag, 20.09.22	Mittwoch, 21.09.22	Donnerstag, 22.09.22	Freitag, 23.09.22
Tagesgericht	5 Stück Köttbular Geflügel mit Preiselbeersauce dazu Schwenkkartoffeln <small>Köttbular Geflügel ^{A, A1, C, G, L, I} Preiselbeersauce ^{1, 3, 5, G, L} Kartoffel</small> <small>Nährwerte Kilokalorien: 436,6kcal / KH: 9,9g / BE: 0,88E / Fett: 0,5g / Zucker: 0,1g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,3g / Kilojoule: 1181,9kJ</small>	Hähnchensteak mit Vollkornnudeln und Tomaten-Basilikumsauce <small>Hähnchenbrust Basilikum-Tomatensauce ^{1, A, A1, I} Vollkorn Nudeln</small> <small>Nährwerte Kilokalorien: 531,2kcal / KH: 67,4g / BE: 5,68E / Fett: 3,5g / Zucker: 0g / Salz: 0,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / Kilojoule: 2238,1kJ</small>	Curryragout von der Pute mit Früchten und Kokosmilch dazu Langkornreis <small>Putenkeule Curry ^{1, 3, A, B, D, F, G, I, L, K} Reis</small> <small>Nährwerte Kilokalorien: 531,2kcal / KH: 67,4g / BE: 5,68E / Fett: 3,5g / Zucker: 0g / Salz: 0,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / Kilojoule: 2238,1kJ</small>	Käse Lauch Suppe mit Kartoffelwürfel und Rinderhackfleisch dazu Baguette <small>Käse Lauchsuppe ^{G, I} Baguette ^{A, A1, K}</small> <small>Nährwerte Kilokalorien: 329,7kcal / KH: 12,1g / BE: 0,68E / Fett: 5,3g / Zucker: 0,3g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,4g / Kilojoule: 1230,2kJ</small>	
	oder wahlweise				
Vegetarisch	Vollkornnudeln mit einer Gemüsesauce aus Möhren, Mais, Erbsen <small>Milchreis ^{1, G} Pflirsichkompott</small>  <small>Nährwerte Kilokalorien: 325,5kcal / KH: 32,2g / BE: 2,78E / Fett: 4g / Zucker: / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,4g / Kilojoule: 995,4kJ</small>	Kartoffelrösti dazu Rahmgemüse(Erbsen, Möhre, Bohne) und Käse überbacken dazu Schnittlauchsauce <small>Kartoffelrösti überbacken ^{C, G, I} Schnittlauchsauce ^{G, I}</small>  <small>Nährwerte Kilokalorien: 613,4kcal / KH: 21,5g / BE: 1,48E / Fett: 12g / Zucker: 3,2g / Salz: 0,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,1g / Kilojoule: 1247,3kJ</small>	3 Stück Schwäbische Maultaschen Vegetarisch gefüllt im Gemüsesud dazu Rahmsauce <small>Maultaschen ^{A, A1, C, I} Kräuterrahmsauce hell ^{G, I}</small>  <small>Nährwerte Kilokalorien: 109,2kcal / KH: 16,4g / BE: 1,38E / Fett: 0,1g / Zucker: 0,5g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,4g / Kilojoule: 527,8kJ</small>	Warmer Milchreis dazu Pflirsichkompott mit Zimt und Zucker <small>Vollkorn Nudeln Gemüsebolognese ^{1, A, A1, I}</small>   <small>Nährwerte Kilokalorien: 489,3kcal / KH: 73,5g / BE: 5,09E / Fett: 3,3g / Zucker: g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / Kilojoule: 1974,5kJ</small>	
Gemüse	Balkangemüse Brechbohnen, Erbsen, Möhren, Mais  <small>Nährwerte Kilokalorien: 40,7kcal / KH: 5,1g / BE: 0,48E / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 170,5kJ</small>	Möhrengemüse  <small>Nährwerte Kilokalorien: 30,2kcal / KH: 0,2g / BE: 0,0E / Fett: 0g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 5kJ</small>	Gartengemüse Erbsen, Möhren, Bohnen  <small>Nährwerte Kilokalorien: 62,1kcal / KH: 8,8g / BE: 0,0E / Fett: 0,6g / Zucker: 6,2g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 260,4kJ</small>	Ratatouillegemüse Paprika, Zucchini, Aubergine, Tomate  <small>Nährwerte Kilokalorien: 78,7kcal / KH: 7,2g / BE: 0,38E / Fett: 5,4g / Zucker: 2,7g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,8g / Kilojoule: 355,1kJ</small>	
	oder wahlweise				
Salat	Möhrensalat ^{3, 5, L} <small>Nährwerte Kilokalorien: 66,9kcal / KH: 5,1g / BE: 0,48E / Fett: 0,1g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / Kilojoule: 289,9kJ</small>	Salat Mix Eisberg Endivien Radiccio Dressing American ^{1, C, J} <small>Nährwerte Kilokalorien: 72,9kcal / KH: 2,9g / BE: 0,28E / Fett: 6,4g / Zucker: 2,4g / Salz: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / Kilojoule: 300,4kJ</small>	Farmersalat ^{3, 5, L} <small>Nährwerte 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</small>	Eisbergsalat Dressing French ^{C, G, J} <small>Nährwerte Kilokalorien: 66,5kcal / KH: 2,6g / BE: 0,28E / Fett: 5,8g / Zucker: g / Salz: 0,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,5g / Kilojoule: 279,5kJ</small>	
Pizza & Pasta	Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen <small>Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce ^{1, 1} Bolognese Sauce Rind ¹</small>	Pizza Pomodoro & Salami & Schinken <small>Pizza Margarita/Pomodoro ^G Pizza Salami ^{2, 3, G} Pizza Prosciutto ^{2, 3, 3, 8, G}</small>	Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen <small>Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce ^{1, 1} Bolognese Sauce Rind ¹</small>	Pizza Pomodoro & Salami & Schinken <small>Pizza Margarita/Pomodoro ^G Pizza Salami ^{2, 3, G} Pizza Prosciutto ^{2, 3, 3, 8, G}</small>	
Dessert	Vanillepudding <small>Nährwerte Kilokalorien: 126kcal / KH: 20,9g / BE: 1,78E / Fett: 3,2g / Zucker: / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,8g / Kilojoule: 529kJ</small>	Fruchtjoghurt Pflirsich ^{1, 3}  <small>Nährwerte Kilokalorien: 81,5kcal / KH: 13,1g / BE: 1,18E / Fett: 0,1g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 289kJ</small>	Apfelmus ³  <small>Nährwerte Kilokalorien: 67kcal / KH: / BE: / Fett: / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: / Kilojoule:</small>	Schokoladenpudding <small>Nährwerte Kilokalorien: 299kcal / KH: 30,8g / BE: 2,68E / Fett: 16g / Zucker: / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,3g / Kilojoule: 1253kJ</small>	
	oder wahlweise				
Obst	Apfel <small>Nährwerte Kilokalorien: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 1,8E / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 217kJ</small>	Banane <small>Nährwerte Kilokalorien: 142,5kcal / KH: 32,1g / BE: 2,78E / Fett: 0,3g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 597kJ</small>	Birne <small>Nährwerte Kilokalorien: 78kcal / KH: 18,6g / BE: 1,58E / Fett: 0,5g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 328,5kJ</small>	Apfel <small>Nährwerte Kilokalorien: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 1,8E / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 217kJ</small>	



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 geschwärtzt / 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 Pekannuss, **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

Legende

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.