

**S P E I S E N A N G E B O T**  
**Mensa Neunkirchen - DGE Komponenten**

KW 43	Montag, 24.10.22	Dienstag, 25.10.22	Mittwoch, 26.10.22	Donnerstag, 27.10.22	Freitag, 28.10.22
Tagesgericht	<b>Rindergulasch "Ungarische Art" mit Zwiebeln und Paprika, dazu Langkornreis</b>	<b>4 Stück Nürnberger Rostbratwürstchen mit Bratensauce dazu Kartoffelstampf</b>	<b>Putentasche "Cordon bleu" mit Putenschinken und Käse gefüllt dazu Rahmsauce und Vollkornreis</b>	<b>Italienische Minestrone "vegan" mit Tomaten, Nudeln dazu Brot</b>	
	Rindergulasch <sup>G</sup> Reis	Nürnberger Rostbratwürstchen <sup>8, G</sup> Bratensauce <sup>1</sup> Kartoffelstampf <sup>G</sup>	Putentasche Cordon bleu <sup>1, 2, 8, A, A1, A3, G</sup> Rahmsauce <sup>1, G</sup> Vollkornreis	Minestrone <sup>1</sup> Baguette <sup>A, A1, K</sup>	
Nährwerte	Kilokalorien: 571,9kcal / KH: 67,9g / BE: 0,48E / Fett: 2,1g / Zucker: 1,6g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,9g / Kilojoule: 2469kJ	Kilokalorien: 451,4kcal / KH: 17,2g / BE: 1,48E / Fett: 5,4g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,3g / Kilojoule: 803,2kJ	Kilokalorien: 451,4kcal / KH: 17,2g / BE: 1,48E / Fett: 5,4g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,3g / Kilojoule: 803,2kJ	Kilokalorien: 92kcal / KH: 8,1g / BE: 0,28E / Fett: 5,6g / Zucker: 3,9g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,9g / Kilojoule: 392,2kJ	
oder wahlweise					
Vegetarisch	<b>3 Stück Eierpfannkuchen mit Beerengrütze</b>	<b>Vegetarische Tortellini mit Gemüsefüllung in Käserahmsauce</b>	<b>Mailänder Gnocchi Pfanne mit Paprika, Zucchini, und Zwiebeln dazu Tomatensauce</b>	<b>Blumenkohl-Käse Bratling mit Kräuterquark und Cous Cous</b>	
	Eierpfannkuchen <sup>A, A1, C, G</sup> Beerengrütze	Tortellini <sup>G, 1</sup> Käsesauce	Gnocchipfanne <sup>A, A1, C</sup> Tomaten Basilikumsauce <sup>1, 1</sup>	Blumenkohl - Käse Medaillon <sup>1, A, A1, G</sup> Kräuter Quark <sup>3, 5, G, L</sup> Cous Cous <sup>A, F, G, L, J</sup>	
Nährwerte	Kilokalorien: 503,7kcal / KH: 37g / BE: 3,18E / Fett: 0,2g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 678,9kJ	Kilokalorien: 279,9kcal / KH: 22g / BE: 1,88E / Fett: 12,4g / Zucker: g / Salz: 0,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 7,7g / Kilojoule: 1227,7kJ	Kilokalorien: 716,1kcal / KH: 130,9g / BE: 0,98E / Fett: 12,8g / Zucker: g / Salz: 3,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,5g / Kilojoule: 329,8kJ	Kilokalorien: 658kcal / KH: 21,9g / BE: 1,88E / Fett: 10,1g / Zucker: 0,1g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,5g / Kilojoule: 1089,1kJ	
Gemüse	<b>Balkangemüse Brechbohnen, Erbsen, Möhren, Mais</b>	<b>Rahmsauerkraut</b>	<b>Mischgemüse Erbsen, Möhren</b>	<b>Blumenkohl</b>	
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	Kilokalorien: 117kcal / KH: 8,5g / BE: 0,68E / Fett: 4,9g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,2g / Kilojoule: 416,1kJ	Kilokalorien: 99,2kcal / KH: 14,7g / BE: 1,28E / Fett: 0,6g / Zucker: / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / Kilojoule: 415,6kJ	Kilokalorien: 33,9kcal / KH: 3,5g / BE: 0,38E / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 144,1kJ	
oder wahlweise					
Salat	<b>Salat Dressing Joghurt <sup>C, G</sup></b>	<b>Möhrensalat <sup>3, 5, L</sup></b>	<b>Eisbergsalat Dressing American <sup>1, C, J</sup></b>	<b>Gurkensalat <sup>3, 5, L</sup></b>	
Nährwerte	Kilokalorien: 45kcal / KH: 2,5g / BE: 0,28E / Fett: 3,4g / Zucker: 2g / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,7g / Kilojoule: 186,1kJ	Kilokalorien: 66,9kcal / KH: 5,1g / BE: 0,48E / Fett: 0,1g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 289,6kJ	Kilokalorien: 73,1kcal / KH: 3,1g / BE: 0,28E / Fett: 6,4g / Zucker: g / Salz: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / Kilojoule: 303,1kJ	Kilokalorien: 48,3kcal / KH: 4,6g / BE: 0,48E / Fett: 0,2g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 209,1kJ	
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>	
Dessert	<b>Stracciatellajoghurt</b>	<b>Milchreis kalt Dessert <sup>1, G</sup></b>	<b>Fruchtquark Pfirsich <sup>G</sup></b>	<b>Kuchenstück <sup>A, A1, C, G</sup></b>	
Nährwerte	Kilokalorien: 132kcal / KH: 20,2g / BE: 1,78E / Fett: 3,8g / Zucker: / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,3g / Kilojoule: 552kJ	Kilokalorien: 94,9kcal / KH: 8,4g / BE: 0,78E / Fett: 1,4g / Zucker: / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,9g / Kilojoule: 265,4kJ	Kilokalorien: 141,3kcal / KH: 21,1g / BE: 1,88E / Fett: 0,2g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 609,1kJ	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	<b>Apfel</b>	<b>Banane</b>	<b>Birne</b>	<b>Apfel</b>	
Nährwerte	Kilokalorien: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 18E / 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: 0g / 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: 18E / 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 Haselnuss, H3 aus Walnuss, H4 aus Cashewnuss, H5 aus Pekannuss, H6 aus Paranuss, H7 aus Pistazie, H8 aus Macadamianuss / I enthält Senf / J enthält Sesam / L enthält Schwefeldioxid; Sulfite / M enthält Lupine / N enthält Weichtiere

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.

Legende

Hinweis