

SPEISEANGEBOT

Mensa Neunkirchen - DGE Komponenten



KW 24	Montag, 09.06.25	Dienstag, 10.06.25	Mittwoch, 11.06.25	Donnerstag, 12.06.25	Freitag, 13.06.25
Tagesgericht	Gebratene Hähnchenbrust mit fruchtiger Tomatensauce dazu Kräuterkartoffeln	Deftiger Erbseneintopf -vegetarisch- mit Kartoffel- und Gemüsewürfeln dazu Mehrkornbaguette	Schweinegeschnetzeltes in Rahmsauce dazu Langkornreis	Geflügel Currywurst mit leckerer Sauce und Kartoffelspalten	4 Stück Fischstäbchen -aus Seelachs und nachhaltigem Fischfang- mit Kräutersauce dazu Stampfkartoffeln
	Hähnchenbrust Tomatensauce Salzkartoffeln	Erbseneintopf ¹ Vollkorn Brötchen ^{A, A1, A2, A3, A4, C, F, G, K}	Geschnetzeltes Schwein ^G Reis	Geflügelbratwurst Currywurstsauce Kartoffelspalten	Fischstäbchen Kräuterrahmsauce hell ^{G, 1} Kartoffelstampf ^G
Nährwerte	Kilokalorien: 251kcal / KH: 27g / BE: 2,26E / Fett: 3g / Zucker: g / Salz: 0,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / Kilojoule: 1068,9kJ	Kilokalorien: 363,1kcal / KH: 60,6g / BE: 5,18E / Fett: 0,6g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / Kilojoule: 1334,3kJ	Kilokalorien: 363,1kcal / KH: 60,6g / BE: 5,18E / Fett: 0,6g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / Kilojoule: 1334,3kJ	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: 338,9kcal / KH: 46,4g / BE: 3,96E / Fett: 3,5g / Zucker: g / Salz: 0,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,6g / Kilojoule: 1503,5kJ
oder wahlweise					
Alternatives Tagesgericht	Gebratene Hähnchenbrust mit fruchtiger Tomatensauce dazu Kräuterkartoffeln	Deftiger Erbseneintopf mit einem Geflügel Wiener und Kartoffel- und Gemüsewürfel sowie Mehrkornbaguette	Schweinegeschnetzeltes in Rahmsauce dazu Vollkornreis	Currywurst vom Schwein in leckerer Sauce dazu Kartoffelspalten	Natur gebratenes Seelachsfilet -Aus nachhaltigem Fischfang- an Kräutersauce dazu Salzkartoffeln
	Hähnchenbrust Salzkartoffeln	Erbseneintopf ¹ Geflügel Wiener ^{2, 3, 8, G, I, J} Vollkorn Brot ^{A, A1, A2}	Geschnetzeltes Geflügel ^G Reis	Currywurstgulasch ⁸ Kartoffelspalten	Gebratenes Seelachsfilet ^{1, A, A1, D} Kräuterrahmsauce hell ^{G, 1} Salzkartoffeln
Nährwerte	Kilokalorien: 203,3kcal / KH: 19,5g / BE: 1,68E / Fett: 1g / Zucker: g / Salz: 0,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,3g / Kilojoule: 851,4kJ	Kilokalorien: 249,9kcal / KH: 25,9g / BE: 2,18E / Fett: 0,8g / Zucker: g / Salz: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / Kilojoule: 1272,9kJ	Kilokalorien: 423kcal / KH: 65g / BE: 5,48E / Fett: 2,6g / Zucker: 0g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,1g / Kilojoule: 1893,7kJ	Kilokalorien: 618kcal / KH: 47,6g / BE: 3,98E / Fett: 35,7g / Zucker: 0,6g / Salz: 5,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 13,5g / Kilojoule: 2558,3kJ	Kilokalorien: 1515,5kcal / KH: 37,9g / BE: 3,18E / Fett: 12,5g / Zucker: g / Salz: 1,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,8g / Kilojoule: 6473,1kJ
Vegetarisch	Germknödel mit Kirschfüllung und Vanillesauce	Ricotta Spinaci Cannelloni mit Käse überbacken in Tomaten Basilikumsauce	Vegetarische Frühlingsrolle mit Currysauce und Asianudeln	Fleischfreier Bratling "Vales" Schnitzel aus Milch mit Käsesauce dazu Vollkornnudeln	Blumenkohl in Bechamelsauce dazu Salzkartoffeln
	Germknödel Vanillesauce ^G	Cannelloni ^{A, A1, C, G, I}	Vegetarische Frühlingsrolle Currysauce fruchtig ^{A, 8, D, F, G, I, I, K} Mie Nudeln ^K	Vales Schnitzel ^{A, A1, A4, C, G} Käsesauce ^{G, 1} Vollkorn Nudeln	Blumenkohl Auflauf ^{G, 1}
Nährwerte	Kilokalorien: 552,2kcal / KH: 93,1g / BE: 7,88E / Fett: 12,4g / Zucker: g / Salz: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 4,1g / Kilojoule: 2310,5kJ	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	Kilokalorien: 608,9kcal / KH: 60,3g / BE: 5,8E / Fett: 29,9g / Zucker: g / Salz: 1,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 13,5g / Kilojoule: 2555,8kJ	Kilokalorien: 604,3kcal / KH: 82,7g / BE: 5,98E / Fett: 13,6g / Zucker: 0,9g / Salz: 1,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,4g / Kilojoule: 2590,8kJ	Kilokalorien: 180,4kcal / KH: 12,3g / BE: 1,8E / Fett: 8,8g / Zucker: 0g / Salz: 0,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 6g / Kilojoule: 822,3kJ
Gemüse	Kohlrabi in Rahm	Bunte Möhren	Sommergemüse, Bohnen, Erbsen, Möhren Blumenkohl	Brokkoli	Rahmerbsen
	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: g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 131,3kJ	Kilokalorien: 71,6kcal / KH: 10,2g / BE: 0,8E / Fett: 0,7g / Zucker: 7,1g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / Kilojoule: 300,1kJ	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	Kilokalorien: 120,1kcal / KH: 15,4g / BE: 0,58E / Fett: 1,4g / Zucker: 2g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,3g / Kilojoule: 540,4kJ
oder wahlweise					
Salat	Gurkensalat	Kidneybohnen - Maissalat	Pusztasalat mit Weißkohl und Paprika	Farmersalat Weißkohl, Möhren, Sellerie, Äpfel	Blattsalat Eisberg, Endivien, Radiccio mit Joghurtherressing
	Kilokalorien: 34,8kcal / KH: 3,5g / BE: 0,38E / Fett: 0,7g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 150,7kJ	Kilokalorien: 73,9kcal / KH: 11g / BE: 0,98E / Fett: 0,5g / Zucker: 0g / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 309,0kJ	Kilokalorien: 38,3kcal / KH: 3g / BE: 0,38E / Fett: 0,2g / Zucker: 0g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 165,3kJ	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	Kilokalorien: 45kcal / KH: 2,5g / BE: 0,28E / Fett: 3,4g / Zucker: 2g / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,7g / Kilojoule: 186,1kJ
Pizza & Pasta	Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen	Pizza Pomodoro & Salami & Schinken	Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen	Pizza Pomodoro & Salami & Schinken	Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen
	Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce ^{1, 1} Bolognese Sauce Rind ¹	Pizza Margarita/Pomodoro ^G Pizza Salami ^{2, 3, G, I, 1} Pizza Prosciutto ^{2, 3, 8, G}	Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce ^{1, 1} Bolognese Sauce Rind ¹	Pizza Margarita/Pomodoro ^G Pizza Salami ^{2, 3, G, I, 1} Bolognese Sauce Rind ¹	Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce ^{1, 1} Bolognese Sauce Rind ¹
Dessert	Birnenquark^G	Schokoladenpudding	Müsliriegel^{A, A1, A3, A4, E, G}	Bereenjoghurt^G	Karamelpudding
	Kilokalorien: 73,8kcal / KH: 6,6g / BE: 0,38E / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 312,9kJ	Kilokalorien: 299kcal / KH: 30,8g / BE: 2,68E / Fett: 16g / Zucker: g / 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: 8,3g / Kilojoule: 392,3kJ	Kilokalorien: 68kcal / KH: 10,4g / BE: 0,98E / Fett: 0,1g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 301,1kJ	Kilokalorien: 132kcal / KH: 22,7g / BE: 1,98E / Fett: 3,1g / Zucker: g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,8g / Kilojoule: 553kJ
oder wahlweise					
Obst	Apfel	Banane	Birne	Apfel	Kiwi
	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: 0,1g / 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	Kilokalorien: 61kcal / KH: 10,8g / BE: 0,98E / Fett: 0,6g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 259kJ



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 bilden täglich eine komplette Mahlzeit entsprechend dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ ab, 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 Haselnüssen, H3 aus Walnüssen, H4 aus Cashewnüssen, H5 aus Pekannüssen, 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.