

SPEISEANGEBOT Mensa Neunkirchen - DGE Komponenten

KW 47	Montag, 18.11.24	Dienstag, 19.11.24	Mittwoch, 20.11.24	Donnerstag, 21.11.24	Freitag, 22.11.24
Tagesgericht	Hash Brownies Knusprig gebackene Röststücken mit leckerem Rahmgemüse Hashed Brown ^{2,3,C} 	Gratinierte Kartoffelscheiben auf einem würzigem Ragout von Rinderhackfleisch und feinen Gemüstreifen in Tomatensauce Bolognese Sauce Rind ¹ Kartoffelgratin ^G 	Kartoffelgulasch vegetarisch kräftig gewürzter Gulaschtopf mit vielen Kartoffelwürfeln Paprika und Zwiebelstreifen Kartoffelgulasch 	Kartoffelpizza Großer Kartoffelrösti belegt mit gebratenen Auberginen, Paprika und Zucchini - Kartoffelpizza ^G 	"Rheinischer Puttes" mit Mettwurst und Apfelmus Puttes ^{SE,1,2,3} 
Nährwerte	Kilokalorien: 744,5kcal / KH: 4,8g / BE: 0,4BE / Fett: 0,1g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 509,3kJ	Kilokalorien: 435,7kcal / KH: 28,4g / BE: 2,4BE / Fett: 8,8g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,5g / Kilojoule: 1814,5kJ	Kilokalorien: 197,4kcal / KH: 21,4g / BE: 1,8BE / Fett: 10,4g / Zucker: 0g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,6g / Kilojoule: 831,4kJ	Kilokalorien: 449,3kcal / KH: 44,7g / BE: 0,3BE / Fett: 0,8g / Zucker: 0g / Salz: 1,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,3g / Kilojoule: 1291,4kJ	Kilokalorien: 1802kJ / Kilokalorien: 592,6kcal / Fett: 19,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 7,9g / Zucker: 0g / Salz: 2,7g / / :
oder wahlweise					
Alternatives Tagesgericht	Hühnerfrikassee mit Erbsen und Möhren in der Sauce dazu Vollkornreis Hühnerfrikassee ^{A,C,F,G,L,I} Vollkornreis	Hähnchenschnitzel mit Paprikarahmsauce dazu Eierspätzle Hähnchenschnitzel ^{8,A,A1,C} Paprika Rahmsauce ^{1,G} Spätzle ^{A,A1}	Rinderhacksteak mit Bratensauce dazu Schwenkkartoffeln Rinderfrikadelle ^{A,A1,C} Bratensauce ¹ Kartoffel	Wildlachs Lasagne aus nachhaltigem Fischfang mit feinem Gemüse kleine Möhren-, Lauch- und Lasagne ^{A,A1,C,G,I}	Pichelsteiner Gemüseintopf vegetarisch mit Karotten, Erbsen, Blumenkohl, Lauch dazu eine Scheibe Graubrot Pichelsteiner Eintopf ¹ Graubrot ^{A,A1,A2}
Nährwerte	Kilokalorien: 565,6kcal / KH: 83,7g / BE: 7BE / Fett: 2g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,5g / Kilojoule: 2468,4kJ	Kilokalorien: 523,4kcal / KH: 48,4g / BE: 2BE / Fett: 16,2g / Zucker: 1,1g / Salz: 1,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,5g / Kilojoule: 2162,9kJ	Kilokalorien: 397kcal / KH: 19,7g / BE: 1,6BE / Fett: 1g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / Kilojoule: 541,6kJ	Kilokalorien: 474,3kcal / KH: 12,1g / BE: 1BE / Fett: 13,4g / Zucker: 0g / Salz: 0,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 5,3g / Kilojoule: 1345,2kJ	Kilokalorien: 193,8kcal / KH: 34,3g / BE: 2,5BE / Fett: 1,8g / Zucker: 0g / Salz: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / Kilojoule: 814,2kJ
Vegetarisch	3 Stück süße Pfannkuchen dazu Apfelmus Pfannkuchen ^{A,A1,C,G} Apfelmus ³ 	Kartoffeldrillinge - Pellkartoffeln, kleine Kartoffeln in der Schale gegart dazu Kräuterquark Drillinge Kartoffel Pellkartoffel ^{3,5,G,L} Kräuter Quark ^{3,5,G,L} 	Blumenkohl Käse Bratling mit Kartoffeln und Kräuterquark Blumenkohl - Käse Medaillon ^{A,A1} Kräuter Quark ^{3,5,G,L} Salzkartoffeln 	Rahmspinat mit Kartoffeln und Rührei Rahmspinat ^{G,I} Rührei ^{1,G,I} Salzkartoffeln 	Tortellini mit Ricotta Spinatfüllung dazu Käsesauce Tortellini ^{1,G,I} Käsesauce ^{G,I} 
Nährwerte	Kilokalorien: 71,3kcal / KH: 0g / BE: 0BE / Fett: 0g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 3,1kJ	Kilokalorien: 192,2kcal / KH: 20,9g / BE: 1,7BE / Fett: 0,2g / Zucker: 0,1g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 552,6kJ	Kilokalorien: 183,6kcal / KH: 23,9g / BE: 2BE / Fett: 0,6g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 619,4kJ	Kilokalorien: 340,3kcal / KH: 28,5g / BE: 2,4BE / Fett: 10,3g / Zucker: 0g / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 3g / Kilojoule: 1413,1kJ	Kilokalorien: 342,7kcal / KH: 31,8g / BE: 2,6BE / Fett: 9,7g / Zucker: 0g / Salz: 0,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 5,7g / Kilojoule: 1490,3kJ
Gemüse	Leipziger Allerlei ^{1,1} Erbsen, Möhren, Spargel 	Kaisergemüse Karotten, Brokkoli, Blumenkohl 	Karottengemüse ¹ 	Rahmspinat ^{G,I} 	Ratatouillegemüse Paprika, Zucchini, Aubergine, Tomate 
Nährwerte	Kilokalorien: 110kcal / KH: 12,8g / BE: 0BE / Fett: 1,6g / Zucker: 6g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,3g / Kilojoule: 462,1kJ	Kilokalorien: 38,3kcal / KH: 7,1g / BE: 0BE / Fett: 0,3g / Zucker: 4,5g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 160,9kJ	Kilokalorien: 30,2kcal / KH: 0,2g / BE: 0BE / Fett: 0g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 5kJ	Kilokalorien: 74,2kcal / KH: 5,3g / BE: 0,4BE / Fett: 0g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 277,9kJ	Kilokalorien: 56,7kcal / KH: 7,2g / BE: 0,3BE / Fett: 2,9g / Zucker: 2,7g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,5g / Kilojoule: 262,9kJ
oder wahlweise					
Salat	Salatmix Lollo Rosso/Bionda Eichblatt mit Amerikandressing	Bunter Eisbergsalat Mais Möhrenstreifen mit Italiendressing	Möhrensalat	Bunter Salatmix Eisberg Radicchio mit Frenchdressing	Gurkensalat mit Kräuter dressing
Nährwerte	Kilokalorien: 80,2kcal / KH: 4g / BE: 0,2BE / Fett: 6,5g / Zucker: 2,4g / Salz: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / Kilojoule: 333,1kJ	Kilokalorien: 46,8kcal / KH: 5,9g / BE: 0,5BE / Fett: 0,2g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 361,6kJ	Kilokalorien: 29,7kcal / KH: 4,1g / BE: 0,3BE / Fett: 0,1g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 126,1kJ	Kilokalorien: 66kcal / KH: 2,3g / BE: 0,2BE / Fett: 5,8g / Zucker: 1,9g / Salz: 0,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,5g / Kilojoule: 272,8kJ	Kilokalorien: 24,7kcal / KH: 3,9g / BE: 0,3BE / Fett: 0,1g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 126,1kJ
Pizza & Pasta	Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce ^{1,1} Bolognese Sauce Rind ¹	Pizza Pomodoro & Salami & Schinken Pizza Margarita/Pomodoro ^G Pizza Salami ^{2,3,G,I,I} Pizza Prosciutto ^{2,3,8,G}	Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce ^{1,1} Bolognese Sauce Rind ¹	Pizza Pomodoro & Salami & Schinken Pizza Margarita/Pomodoro ^G Pizza Salami ^{2,3,G,I,I} Pizza Prosciutto ^{2,3,8,G}	Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce ^{1,1} Bolognese Sauce Rind ¹
Dessert	Stracciatellajoghurt	Milchreis kalt Dessert ^{1,G}	Beerenquark ^G	Kuchenstück ^{A,A1,C,G}	Vanillepudding
Nährwerte	Kilokalorien: 132kcal / KH: 20,2g / BE: 1,7BE / Fett: 3,8g / Zucker: / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,3g / Kilojoule: 552kJ	Kilokalorien: 86,8kcal / KH: 6,4g / BE: 0,5BE / Fett: 1,4g / Zucker: / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,9g / Kilojoule: 331,5kJ	Kilokalorien: 93,9kcal / KH: 10,3g / BE: 0,9BE / Fett: 0,2g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 410,3kJ	Kilokalorien: 243,7kcal / KH: 32,6g / BE: / Fett: 9,3g / Zucker: 18,6g / Salz: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,7g / Kilojoule: 1022,1kJ	Kilokalorien: 126kcal / KH: 20,9g / BE: 1,7BE / Fett: 3,2g / Zucker: / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,8g / Kilojoule: 529kJ
oder wahlweise					
Obst	Apfel	Banane	Birne	Apfel	Kiwi
Nährwerte	Kilokalorien: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 1BE / Fett: 0,4g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 217kJ	Kilokalorien: 142,5kcal / KH: 32,1g / BE: 2,7BE / Fett: 0,3g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 597kJ	Kilokalorien: 78kcal / KH: 18,6g / BE: 1,5BE / Fett: 0,5g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 328,1kJ	Kilokalorien: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 1BE / Fett: 0,4g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 217kJ	Kilokalorien: 61kcal / KH: 10,8g / BE: 0,9BE / Fett: 0,6g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 255kJ

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

Legende
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.