

SPEISEANGEBOT Mensa Neunkirchen - DGE Komponenten

| | 15 Montag, 07.04.25 | Dienstag, 08.04.25 | Mittwoch, 09.04.25 | Donnerstag, 10.04.25 | Freitag, 11.04.25 |
|----------------------------------|--|---|---|---|---|
| Tagesgericht | 4 Stück Nürnberger Rostbratwürstchen mit Bratensauce dazu Kartoffelstampf Nürnberger Rostbratwürstchen Bratensauce ¹ Kartoffelstampf ^G | Rindergulasch "Ungarische Art" mit Zwiebeln und Paprika, dazu Langkornreis Rindergulasch ^G Reis | "Cordon bleu" vom Schwein mit Schinken und Käse gefüllt dazu Rahmsauce und 4 St Kartoffelkroketten Cordon Bleu Schwein ^{2, 3, A, A1, G} Rahmsauce ^{1, G} Kroketten ^{A, A1} | 3 St Reibekuchen mit Apfelmus Reibekuchen ^{2, 3, 5, A, A1, L} Apfelmus ³ | Seelachsfilet paniert -aus nachhaltigem Fischfang- mit Zitronensauce und Petersilienkartoffeln Seelachsfilet pan. ^D Zitronen Sahnesauce ^{1, G, I} Petersilienkartoffeln |
| Nährwerte | Kilokalorien: 453,7kcal / KH: 17,3g / BE: 1,4BE / Fett: 25,8g / Zucker: g / Salz: 2,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 9,9g / Kilojoule: 1909,8kJ | Kilokalorien: 568,7kcal / KH: 68,4g / BE: 5,6BE / Fett: 1,5g / Zucker: 1,2g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,8g / Kilojoule: 2440,2kJ | Kilokalorien: 568,7kcal / KH: 68,4g / BE: 5,6BE / Fett: 1,5g / Zucker: 1,2g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,8g / Kilojoule: 2440,2kJ | Kilokalorien: 535,6kcal / KH: 66,3g / BE: 5,5BE / Fett: 8g / Zucker: 0,1g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,4g / Kilojoule: 3008,1kJ | Kilokalorien: 494,8kcal / KH: 51,2g / BE: 4,3BE / Fett: 2,6g / Zucker: 0g / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 1g / Kilojoule: 1984,5kJ |
| oder wahlweise | | | | | |
| Alternatives Tagesgericht | Geflügelbratwurst mit Bratensauce dazu Kartoffelstampf Geflügelbratwurst Bratensauce ¹ Kartoffelstampf ^G | Rindergulasch "Ungarische Art" mit Zwiebeln und Paprika, dazu Vollkornreis Rindergulasch ^G Vollkornreis | Geflügelschnitzel mit feinem Nudelsalat Hähnchenschnitzel ^{8, A, A1, C} Nudelsalat ^{2, A, A1, I} | Italienische Minestrone "vegetarisch" mit Tomaten, Nudeln dazu Brot Minestrone ¹ Baguette ^{A, A1, K} | Schollenfilet paniert -aus nachhaltigen Fischfang- mit Dillsauce und Salzkartoffeln Scholle paniert ^{9, G, I, J} Dillsauce ¹ Salzkartoffeln |
| Nährwerte | Kilokalorien: 295,4kcal / KH: 17,6g / BE: 1,4BE / Fett: 14,6g / Zucker: g / Salz: 1,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 7g / Kilojoule: 1233kJ | Kilokalorien: 568,7kcal / KH: 65,5g / BE: 5,3BE / Fett: 2,8g / Zucker: 1,2g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,1g / Kilojoule: 2442,6kJ | Kilokalorien: 809,8kcal / KH: 80,4g / BE: 3BE / Fett: 42,7g / Zucker: 17,5g / Salz: 6,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,6g / Kilojoule: 3383,8kJ | Kilokalorien: 81,5kcal / KH: 6,6g / BE: 0,3BE / Fett: 5,4g / Zucker: 1,9g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,8g / Kilojoule: 348kJ | Kilokalorien: 453,3kcal / KH: 41,6g / BE: 3,5BE / Fett: 15,5g / Zucker: g / Salz: 1g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,6g / Kilojoule: 1968,1kJ |
| Vegetarisch | Vegetarische Tortellini mit Gemüsefüllung in Käserahmsauce Tortellini Käsesauce ^{G, I} | 3 Stück Eierpannkuchen mit Beerengrütze Eierpannkuchen ^{A, A1, C, G} Beerengrütze | Mailänder Gnocchi Pfanne mit Paprika, Zucchini, und Zwiebeln dazu Tomatensauce Gnocchipfanne ^{A, A1, C} Tomaten Basilikumsauce ^{1, I} | Blumenkohl-Käse Bratling mit Kräuterquark und Cous Cous Blumenkohl - Käse Medaillon Kräuter Quark ^{3, 5, G, L} Cous Cous ^{A, F, G, I, J} | 2 Stück Gebackene Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung dazu Rahmspinat Kartoffeltaschen ^G Rahmspinat ^{G, I} |
| Nährwerte | Kilokalorien: 253,1kcal / KH: 23,3g / BE: 1,9BE / Fett: 9,5g / Zucker: g / Salz: 0,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 5,7g / Kilojoule: 1125,6kJ | Kilokalorien: 483,5kcal / KH: 32g / BE: 2,7BE / Fett: 0,2g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,3g / Kilojoule: 594,1kJ | Kilokalorien: 701,7kcal / KH: 130,9g / BE: 0,9BE / Fett: 12,8g / Zucker: g / Salz: 3,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,5g / Kilojoule: 2970,4kJ | Kilokalorien: 420,2kcal / KH: 24,4g / BE: 2BE / Fett: 10,5g / Zucker: 0,1g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,6g / Kilojoule: 1188kJ | Kilokalorien: 358,5kcal / KH: 5,7g / BE: 0,5BE / Fett: 0,3g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 376,2kJ |
| Gemüse | Rahmsauerkraut | Balkangemüse Brechbohnen, Erbsen, Möhren, Mais | Mischgemüse Erbsen, Möhren | Blumenkohl | Bunter Gemüsemix Brokkoli Blumenkohl, Möhren |
| Nährwerte | Kilokalorien: 45,6kcal / KH: 5,7g / BE: 0,5BE / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 190,8kJ | Kilokalorien: 107,2kcal / KH: 8,4g / BE: 0,6BE / Fett: 5,1g / Zucker: g / Salz: 0,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,3g / Kilojoule: 438,2kJ | Kilokalorien: 99,2kcal / KH: 14,7g / BE: 1,2BE / Fett: 0,6g / Zucker: / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / Kilojoule: 415,6kJ | Kilokalorien: 33,9kcal / KH: 3,5g / BE: 0,3BE / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 144,1kJ | Kilokalorien: 38,3kcal / KH: 7,1g / BE: 0,6BE / Fett: 0,3g / Zucker: 0,4g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 160,9kJ |
| oder wahlweise | | | | | |
| Salat | Bunter Blattsalat Eisberg Radiccio mit Joghurt dressing | Möhren-Apfelsalat | Eisberg - Möhrenmix mit Americadressing | Gurkensalat | Weißkrautsalat |
| Nährwerte | Kilokalorien: 45kcal / KH: 2,5g / BE: 0,2BE / Fett: 3,4g / Zucker: 2g / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,7g / Kilojoule: 186,1kJ | Kilokalorien: 31,9kcal / KH: 4,5g / BE: 0,4BE / Fett: 0,1g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 135,5kJ | Kilokalorien: 85,2kcal / KH: 5,4g / BE: 0,4BE / Fett: 6,5g / Zucker: g / Salz: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / Kilojoule: 353,5kJ | Kilokalorien: 34,8kcal / KH: 3,5g / BE: 0,3BE / Fett: 0,2g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 150,7kJ | Kilokalorien: 38,1kcal / KH: 2,9g / BE: 0,2BE / Fett: 0,1g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 164,8kJ |
| Pizza & Pasta | Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce ^{1, I} Bolognese Sauce Rind ¹ | Pizza Pomodoro & Salami & Schinken Pizza Margarita/Pomodoro ^G Pizza Salami ^{2, 3, G, I, J} Pizza Prosciutto ^{2, 3, 8, G} | Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce ^{1, I} Bolognese Sauce Rind ¹ | Pizza Pomodoro & Salami & Schinken Pizza Margarita/Pomodoro ^G Pizza Salami ^{2, 3, G, I, J} Pizza Prosciutto ^{2, 3, 8, G} | Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce ^{1, I} Bolognese Sauce Rind ¹ |
| Dessert | Stracciatellajoghurt | Milchreis kalt Dessert ^{1, G} | Fruchtquark Apfel Pflirsich ^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: 231,5kJ | Kilokalorien: 91,2kcal / KH: 9,5g / BE: 0,8BE / Fett: 0,2g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 391,1kJ | Kilokalorien: 243,7kcal / KH: 32,6g / BE: / Fett: 9,3g / Zucker: 18,6g / Salz: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,7g / Kilojoule: 1022,1kJ | Kilokalorien: 126kcal / KH: 20,5g / 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: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 217kJ | Kilokalorien: 142,5kcal / KH: 32,1g / BE: 2,7BE / Fett: 0,3g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 597kJ | Kilokalorien: 78kcal / KH: 18,6g / BE: 1,5BE / Fett: 0,5g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 328,5kJ | Kilokalorien: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 1BE / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 217kJ | Kilokalorien: 61kcal / KH: 10,8g / BE: 0,9BE / Fett: 0,6g / Zucker: g / 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.



Legende
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 Pekanus, 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.