

SPEISENANGEBOT

Mensa Hennef

KW 29		Montag, 07.09.26		Dienstag, 08.09.26		Mittwoch, 09.09.26		Donnerstag, 10.09.26		Freitag, 11.09.26	
Tagesgericht	4 Stück Köttbular Geflügel mit Rahmsauce dazu Schwenkkartoffeln						5 St Chicken Nuggets dazu Kartoffelwedges und BBQ Sauce		Seelachsstücke aus nachhaltigem Fischfang in einer Gemüse-Dillsauce dazu Salzkartoffeln		
	Köttbular Geflügel ^{A, A1, C, G, I, J} Rahmsauce ^{1, G} Kartoffel						Chicken Nuggets ^{R, A, A1} BBQ Sauce ^{2, 10, A, A1, J} Kartoffelspalten		Seelachs in Sauce ^{D, G, I} Salzkartoffeln		
	Fett: 0,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,5g / KH: 26,1g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 367,2kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 1344,2kJ / Eiweiß (Protein): 3,1g						Fett: 3,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / KH: 66,1g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 491,2kcal / Salz: 0,7g / Kilojoule: 2059,8kJ / Eiweiß (Protein): 30,2g		Fett: 1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / KH: 36,8g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 263,4kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 1144kJ / Eiweiß (Protein): 21g		
oder wahlweise											
Vegetarisch	Vollkornnudeln und Gemüsesauce aus Möhren, Mais, Erbsen						Spanische Papa Arugadas kleine Ofenkartoffeln und einem Salsa Dip		Cannelloni mit Ricotta Spinatfüllung in Tomatensauce überbacken		
	Vollkorn Nudeln ^{A, A1} Gemüsebolognese ^{A, A1, I} 						Ofenkartoffel Salsa ^I 		Cannelloni ^{A, A1, C, G, I} 		
	Fett: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / KH: 5,7g / Zucker: g / Kilokalorien: 45,6kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 190,8kJ / Eiweiß (Protein): 4,3g						Fett: 0,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / KH: 8,8g / Zucker: 6,2g / Kilokalorien: 62,1kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 260,4kJ / Eiweiß (Protein): 4,6g		Fett: 2,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,5g / KH: 7,2g / Zucker: 2,7g / Kilokalorien: 56,7kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 262,9kJ / Eiweiß (Protein): 1,4g		
Gemüse	Balkangemüse Brechbohnen, Erbsen, Möhren, Mais 						Gartengemüse Erbsen Möhren Blumenkohl Bohnen 		Blumenkohl 		
	Fett: 3,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,5g / KH: 73,9g / Zucker: g / Kilokalorien: 440,6kcal / Salz: 0,2g / Kilojoule: 1765,5kJ / Eiweiß (Protein): 17,3g						Fett: 5,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,8g / KH: 44,7g / Zucker: / Kilokalorien: 257,8kcal / Salz: 1,4g / Kilojoule: 1074,7kJ / Eiweiß (Protein): 5,6g		Fett: 16,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,8g / KH: 9,4g / Zucker: 0,1g / Kilokalorien: 241,3kcal / Salz: 0,8g / Kilojoule: 1014,6kJ / Eiweiß (Protein): 9,9g		
	oder wahlweise										
Salat	Feiner Möhrensalat						Farmersalat Weißkohl, Möhren, Sellerie, Äpfel		Eisbergsalat mit Frenchdressing ^{1, C, G}		
	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: 68,9kcal / KH: 6,2g / BE: 0,5BE / Fett: 2,9g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,4g / Kilojoule: 289,9kJ		Kilokalorien: 78,6kcal / KH: 4,9g / BE: 0,4BE / Fett: 5,9g / Zucker: g / Salz: 0,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,5g / Kilojoule: 325,9kJ		
	oder wahlweise										
Pizza & Pasta	Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen						Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen		Pizza Pomodoro & Salami & Schinken		
	Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce ^{1, I} Bolognese Sauce Rind ^I						Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce ^{1, I} Bolognese Sauce Rind ^I		Pizza Margarita/Pomodoro ^G Pizza Salami ^{2, 3, G, I, J} Pizza Prosciutto ^{2, 3, 8, G}		
	Fett: 11,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,6g / KH: 80,5g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 542,8kcal / Salz: 0,5g / Kilojoule: 2278,4kJ / Eiweiß (Protein): 24,7g						Fett: 15,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 5,2g / KH: 86,4g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 641,7kcal / Salz: 0,5g / Kilojoule: 2695kJ / Eiweiß (Protein): 32,1g		Fett: 19,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 9,8g / KH: 80,6g / Zucker: 0,1g / Kilokalorien: 635,4kcal / Salz: 1,9g / Kilojoule: 2680,5kJ / Eiweiß (Protein): 24,8g		
oder wahlweise											
Dessert	Vanillepudding ^G						Apfelmus ³		Schokoladenpudding ^G		
	Fett: 3,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,8g / KH: 20,9g / Zucker: / Kilokalorien: 126kcal / Salz: 0,2g / Kilojoule: 529kJ / Eiweiß (Protein): 3,1g						Fett: / davon gesättigte Fettsäuren: / KH: / Zucker: 0g / Kilokalorien: 67kcal / Salz: 0g / Kilojoule: / Eiweiß (Protein):		Fett: 16g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,3g / KH: 30,8g / Zucker: / Kilokalorien: 299kcal / Salz: 0,3g / Kilojoule: 1253kJ / Eiweiß (Protein): 7,9g		
	oder wahlweise										
Obst	Apfel						Birne		Apfel		
	Kilokalorien: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 1BE / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 217kJ						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		
	Hinweis										
Bis zur angestrebten Zertifizierung durch die Deutsche Gesellschaft für Ernährung sind die Hauptkomponenten der jeweiligen Gerichte grün markiert											



Betriebsstätte:
Mensa Europaschule
Am Bergeracker 31
53842 Troisdorf
Ansprechpartner: Hr Fuchs
Telefon: 02241 / 1277980
europaschule@die-kette.de

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 einschließlich 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

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.

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

Hinweis