








SPEISENANGEBOT Mensa Europaschule

KW 21	Montag, 20.05.24	Dienstag, 21.05.24	Mittwoch, 22.05.24	Donnerstag, 23.05.24	Freitag, 24.05.24
Tagesgericht			Hähnchenschnitzel mit Bratensauce dazu Kartoffelstampf Hähnchenschnitzel ^{8, A, A1, C} Bratensauce ¹ Kartoffelstampf ⁶ Kilokalorien: 410,1kcal / KH: 41,1g / BE: 1,4BE / Fett: 15,8g / Zucker: g / Salz: 1,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 3g / Kilojoule: 1712,5kJ	Gebratenes HokiFilet mit Lauch Sellerie Möhren Erbse und Reinsudeln Hühnersuppentopf ¹ Kilokalorien: 180,5kcal / KH: 14,4g / BE: 1,2BE / Fett: 1,5g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,4g / Kilojoule: 649,8kJ	Gebratenes HokiFilet -Aus nachhaltigem Fischfang- mit Petersilien-Zitronensauce dazu Salzkartoffeln Seefisch ^{A, A1, D} Petersilien Sauce ^{1, A, A1, G, I} Salzkartoffeln Kilokalorien: 408,5kcal / KH: 26,9g / BE: 2,2BE / Fett: 1,2g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / Kilojoule: 911,6kJ
Vegetarisch			Tomatencremesuppe mit Kichererbsen und weißen Bohnen und Gemüse(Paprika, Zucchini, Aubergine) dazu ein Brötchen Tomatencremesuppe ^{3, A, A1, I} Brötchen ^{A, A1, A3, G}  Kilokalorien: 380,9kcal / KH: 52,4g / BE: 1,4BE / Fett: 2,4g / Zucker: 2g / Salz: 1,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / Kilojoule: 1227,2kJ	Käsemakkaroni kurze Makkaroninudeln mit Käse überbacken dazu Tomatensauce Käsemakkaroni ^{A, A1, C, F, G} Tomaten Basilikumsauce ^{1, I}  Kilokalorien: 686,3kcal / KH: 7,2g / BE: 0,6BE / Fett: 8,9g / Zucker: 0g / Salz: 0,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 6g / Kilojoule: 658,2kJ	Brokkoli Nussecke mit Mandeln und Haselnüssen paniert dazu Kräuterquark und Kartoffeldrillinge Brokkoli Nußecke ^{A, A1, A4, C, F, G, H, H1, H2, I, J, K} Schnittlauch Quark ^{3, 5, G, L} Drillinge Kartoffel  Kilokalorien: 404kcal / KH: 23,3g / BE: 1,9BE / Fett: 2,2g / Zucker: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,3g / Kilojoule: 621,1kJ
Gemüse			Kohlrabi in Rahm^{6, I}  Kilokalorien: 55kcal / KH: 9g / BE: 0,5BE / Fett: 0,1g / Zucker: 3,1g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 261,9kJ	Brokkoli  Kilokalorien: 39,3kcal / KH: 3,7g / BE: 0,3BE / Fett: 0,3g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 166,5kJ	Ratatouillegemüse Paprika, Zucchini, Aubergine, Tomate  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			Feiner Möhrensalat Kilokalorien: 29,7kcal / KH: 4,1g / BE: 0,3BE / Fett: 0,1g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 126,1kJ	Rote Beete Salat Kilokalorien: 34,6kcal / KH: 0,4g / BE: 0BE / Fett: 0g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 50,1kJ	Bunter Salat Mix Eisberg Möhrenstreifen Mais mit Joghurt dressing Kilokalorien: 45kcal / KH: 2,5g / BE: 0,2BE / Fett: 3,4g / Zucker: 2g / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,7g / Kilojoule: 186,1kJ
Pizza & Pasta			Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce ^{1, I} Bolognese Sauce Rind ^I	Pizza Pomodoro & Salami & Schinken Pizza Margarita/Pomodoro ⁶ 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 ^I
Aus dem Wok			Wok Karibik Style Zucchini Paprika Möhre Wok Karibik Style ^{A, C, F, G, I, J, K}  Kilokalorien: 169,5kcal / KH: 8,9g / BE: 0,7BE / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 627,8kJ	Wok Red Dragon Paprika Weißkohl Möhre Sprossen Wok Red Dragon ^{A, A1, F, I, J}  Kilokalorien: 64,8kcal / KH: 8,9g / BE: 0,6BE / Fett: 0,8g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / Kilojoule: 266,5kJ	Wok Rindfleisch Weißkohl Möhre Poree Paprika Wok Rindfleisch Hack ^{A, C, F, G, I, J, K} Kilokalorien: 203,5kcal / KH: 9g / BE: 0,7BE / Fett: 6,6g / Zucker: g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,7g / Kilojoule: 860,9kJ
Dessert			Pfirsichjoghurt Kilokalorien: 36,7kcal / KH: 5,4g / BE: 0,5BE / Fett: 0,1g / Zucker: / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 153,7kJ	Vanillequark^G Kilokalorien: 91,8kcal / KH: 9,3g / BE: 0,8BE / Fett: 1g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,5g / Kilojoule: 246,2kJ	Schokoladenpudding Kilokalorien: 299kcal / KH: 30,8g / BE: 2,6BE / Fett: 16g / Zucker: / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,3g / Kilojoule: 1253kJ
oder wahlweise					
Obst			Birne Kilokalorien: 78kcal / KH: 18,6g / BE: 1,5BE / Fett: 0,5g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 328,5kJ	Apfel Kilokalorien: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 1BE / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 217kJ	Kiwi Kilokalorien: 65kcal / KH: 10,8g / BE: 0,9BE / Fett: 0,6g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 255kJ



Betriebsstätte:
 Mensa Europaschule
 Am Bergeracker 31
 53842 Troisdorf
 Ansprechpartner: Hr Fuchs
 Telefon: 02241 / 1277980
 Mail: mensa.europaschule@dk-kochwerk.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 einisch. Laktose / **H** enthält Schalenfrüchte - **H1** aus Mandeln, **H2** aus Haselnüssen, **H3** aus Walnuss, **H4** aus Cashewnuss, **H5** aus Pekannuss, **H6** aus Paranuss, **H7** aus Pistazie, **H8** aus Macadamianuss / **I** enthält Sellerie / **J** enthält Senf / **K** enthält Sesam / **L** enthält Schwefeldioxid; Sulfite / **M** enthält Lupine / **N** enthält Weichtiere

Legende

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.