

# Mensa Neugreuth 15.10. - 19.10.

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

## Menü 1



Alaska-Seelachs in einer Vollkornpanade aus nachhaltiger Fischwirtschaft  
Salzkartoffeln  
Möhren "naturell"  
Dip "Mediterran"

1805kJ / 432kcal, Natrium 1,5g, Fett 17,9g, gesättigte Fettsäuren 6,0g, Kohlenhydrate 46,5g, Zucker 8,4g, Ballaststoffe 9,1g, Eiweiß 15,3g, Salz 3,77g

G, G1, Fi, M, Me, La



Milde Käsespätzle  
Salat / Rohkost \*

2267kJ / 542kcal, Natrium 1,9g, Fett 26,1g, gesättigte Fettsäuren 12,9g, Kohlenhydrate 54,9g, Zucker 6,8g, Ballaststoffe 4,8g, Eiweiß 18,8g, Salz 4,68g

G, G1, Ei, M, Me, La



Vegetarische Linsensuppe  
Geflügelbrühwürstchen 3,20  
Spätzle

3830kJ / 913kcal, Natrium 2,7g, Fett 37,8g, gesättigte Fettsäuren 5,0g, Kohlenhydrate 98,7g, Zucker 4,0g, Ballaststoffe 8,8g, Eiweiß 39,8g, Salz 6,80g

S, G, G1, Ei



Chicken-Nuggets (aus Hähnchenbrust-Formfleisch)  
Langkornreis  
Pikante Currysoße  
Blumenkohl "naturell"

3049kJ / 727kcal, Natrium 2,4g, Fett 32,9g, gesättigte Fettsäuren 17,3g, Kohlenhydrate 79,6g, Zucker 7,8g, Ballaststoffe 4,8g, Eiweiß 25,3g, Salz 6,07g

G, G1, M, Me, La, Sn

## Menü 2



Mini-Karotten-Ecke mit Knusperpanade  
Salzkartoffeln  
Dip "Mediterran"  
Möhren "naturell"

2311kJ / 553kcal, Natrium 2,0g, Fett 23,9g, gesättigte Fettsäuren 6,6g, Kohlenhydrate 67,6g, Zucker 11,8g, Ballaststoffe 12,9g, Eiweiß 9,0g, Salz 4,96g

G, G1, G3, M, Me, La



Milde Käsespätzle  
Salat / Rohkost \*

2267kJ / 542kcal, Natrium 1,9g, Fett 26,1g, gesättigte Fettsäuren 12,9g, Kohlenhydrate 54,9g, Zucker 6,8g, Ballaststoffe 4,8g, Eiweiß 18,8g, Salz 4,68g

G, G1, Ei, M, Me, La



Vegetarische Linsensuppe  
Spätzle  
Nachtsich \*

3410kJ / 810kcal, Natrium 2,1g, Fett 22,9g, gesättigte Fettsäuren 6,0g, Kohlenhydrate 114,5g, Zucker 11,9g, Ballaststoffe 9,8g, Eiweiß 31,2g, Salz 5,32g

S, G, G1, Ei



Kartoffeltaler mit Haferflockenpanade  
Langkornreis  
Pikante Currysoße  
Blumenkohl "naturell"

3488kJ / 833kcal, Natrium 2,4g, Fett 41,0g, gesättigte Fettsäuren 18,4g, Kohlenhydrate 96,6g, Zucker 9,6g, Ballaststoffe 8,6g, Eiweiß 14,9g, Salz 6,00g

G, G1, G4, Ei, M, Me, La, Sn

### Menü 1

**Mo**  
15.10.2018  
Alaska-Seelachs in einer Vollkornpanade aus nachhaltiger Fischwirtschaft  
Enthält: **Gluten, Weizen, Fisch**  
Salzkartoffeln

Möhren "naturell"

Dip "Mediterran"  
Enthält: **Milch, Milcheiweiß, Laktose**

**Di**  
16.10.2018  
Milde Käsespätzle  
Enthält: **Gluten, Weizen, Eier, Milch, Milcheiweiß, Laktose**  
Salat / Rohkost \*

**Mi**  
17.10.2018  
Vegetarische Linsensuppe  
Enthält: **Sellerie**  
Geflügelbrühwürstchen

Spätzle  
Enthält: **Gluten, Weizen, Eier**

**Do**  
18.10.2018  
Chicken-Nuggets (aus Hähnchenbrust-Formfleisch)  
Enthält: **Gluten, Weizen**  
Langkornreis

Pikante Currysoße  
Enthält: **Milch, Milcheiweiß, Laktose, Senf**  
Blumenkohl "naturell"

**Fr**

19.10.2018

### Menü 2

**Mo**  
15.10.2018  
Mini-Karotten-Ecke mit Knusperpanade  
Enthält: **Gluten, Weizen, Gerste, Milch, Milcheiweiß, Laktose**  
Salzkartoffeln

Dip "Mediterran"  
Enthält: **Milch, Milcheiweiß, Laktose**  
Möhren "naturell"

**Di**  
16.10.2018  
Milde Käsespätzle  
Enthält: **Gluten, Weizen, Eier, Milch, Milcheiweiß, Laktose**  
Salat / Rohkost \*

**Mi**  
17.10.2018  
Vegetarische Linsensuppe  
Enthält: **Sellerie**  
Spätzle  
Enthält: **Gluten, Weizen, Eier**  
Nachtisch \*

**Do**  
18.10.2018  
Kartoffeltaler mit Haferflockenpanade  
Enthält: **Gluten, Weizen, Hafer, Eier**  
Langkornreis

Pikante Currysoße  
Enthält: **Milch, Milcheiweiß, Laktose, Senf**  
Blumenkohl "naturell"

**Fr**

19.10.2018

*Änderungen vorbehalten. Allergeninformationen liegen zur Einsicht in der Küche vor. Artikel mit Sternchen (\*) enthalten keine Angaben.*

## Legende

---

	Alkohol	E	Erdnüsse
	Fisch	Ei	Eier
	Geflügelfleisch	Fi	Fisch
	Rindfleisch	G	Gluten
	Schweinefleisch	G1	Weizen
	vegetarisch	G2	Roggen
		G3	Gerste
		G4	Hafer
		G5	Dinkel
		G6	Kamut
01	Farbstoff	K	Krebstiere
02	Konservierungsmittel	La	Laktose
03	Antioxidationsmittel	Lp	Lupinen
04	Geschmacksverstärker	M	Milch
05	geschwefelt	Me	Milcheiweiß
06	geschwärzt	S	Sellerie
07	gewachst	Sb	Soja
08	Phosphat	Sd	Schwefeldioxid
09	Süßungsmittel	Se	Sesam
10	Zuckerart und Süßungsmittel	Sf	Schalenfrüchte
11	enth. eine Phenylalaninquelle	Sf1	Mandeln
12	kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken	Sf2	Haselnüsse
13	Milcheiweiß (im Fleischerzeugnis)	Sf3	Walnüsse
14	Eiklar (im Fleischerzeugnis)	Sf4	Kaschunüsse
15	unter Verwendung von Milch (im Fleischerzeugnis)	Sf5	Pecannüsse
16	unter Verwendung von Sahne (im Fleischerzeugnis)	Sf6	Paranüsse
17	Pflanzeneiweiß (im Fleischerzeugnis)	Sf7	Pistazien
18	Stärke (im Fleischerzeugnis)	Sf8	Macadamia-/Queenslandnüsse
19	koffeinhaltig	Sn	Senf
20	Nitritpökelsalz	W	Weichtiere
()	Kann Spuren enthalten von...		