

# Mensa Neugreuth 21.01. - 25.01.

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

## Menü 1



Rinderfrikadellen in Bratensoße  
Kartoffel-Buchstaben  
Grüner Gemüsemix "naturell"

2450kJ / 586kcal, Fett 29,1g, gesättigte Fettsäuren 13,6g,  
Kohlenhydrate 62,1g, Zucker 4,8g, Ballaststoffe 5,9g,  
Eiweiß 16,0g, Salz 3,72g, Natrium 1,48g

Ei, G, G1



Geschnittener Eierpfannkuchen  
(Kaiserschmarrn ohne Rosinen)  
Apfelmarmelade

2729kJ / 649kcal, Fett 18,3g, gesättigte Fettsäuren 3,8g,  
Kohlenhydrate 95,8g, Zucker 44,7g, Ballaststoffe 4,5g,  
Eiweiß 22,8g, Salz 2,13g, Natrium 0,85g

Ei, G, M, Me, La, G1



Rahmspinat  
Salzkartoffeln  
Rührei

1716kJ / 411kcal, Fett 20,4g, gesättigte Fettsäuren 3,7g,  
Kohlenhydrate 36,8g, Zucker 8,2g, Ballaststoffe 5,4g,  
Eiweiß 16,2g, Salz 3,84g, Natrium 1,53g

M, Me, La, Ei



Kartoffeltaler mit Haferflockenpanade  
Langkornreis  
Pikante Currysoße  
Erbsen und Möhren "naturell"

2448kJ / 585kcal, Fett 24,9g, gesättigte Fettsäuren 10,7g,  
Kohlenhydrate 74,2g, Zucker 9,6g, Ballaststoffe 7,8g,  
Eiweiß 11,2g, Salz 4,39g, Natrium 1,75g

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

## Menü 2



Mini-Karotten-Ecke mit  
Knusperpanade  
Kartoffel-Buchstaben  
Braune Rahmsoße  
Grüner Gemüsemix "naturell"

2715kJ / 650kcal, Fett 31,3g, gesättigte Fettsäuren 11,5g,  
Kohlenhydrate 75,9g, Zucker 6,3g, Ballaststoffe 9,1g,  
Eiweiß 11,5g, Salz 4,65g, Natrium 1,85g

G3, G, M, Me, La, G1, Ei, S



Geschnittener Eierpfannkuchen  
(Kaiserschmarrn ohne Rosinen)  
Apfelmarmelade

2729kJ / 649kcal, Fett 18,3g, gesättigte Fettsäuren 3,8g,  
Kohlenhydrate 95,8g, Zucker 44,7g, Ballaststoffe 4,5g,  
Eiweiß 22,8g, Salz 2,13g, Natrium 0,85g

Ei, G, M, Me, La, G1



Rahmspinat  
Salzkartoffeln  
Rührei

1716kJ / 411kcal, Fett 20,4g, gesättigte Fettsäuren 3,7g,  
Kohlenhydrate 36,8g, Zucker 8,2g, Ballaststoffe 5,4g,  
Eiweiß 16,2g, Salz 3,84g, Natrium 1,53g

M, Me, La, Ei



Kartoffeltaler mit Haferflockenpanade  
Langkornreis  
Pikante Currysoße  
Erbsen und Möhren "naturell"

2448kJ / 585kcal, Fett 24,9g, gesättigte Fettsäuren 10,7g,  
Kohlenhydrate 74,2g, Zucker 9,6g, Ballaststoffe 7,8g,  
Eiweiß 11,2g, Salz 4,39g, Natrium 1,75g

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

### Menü 1

**Mo**

21.01.2019

Rinderfrikadellen in Bratensoße  
**Enthält: Eier, Gluten, Weizen**  
 Kartoffel-Buchstaben  
**Enthält: Eier**  
 Grüner Gemüsemix "naturell"

**Di**

22.01.2019

Geschnittener Eierpfannkuchen (Kaiserschmarrn ohne Rosinen)  
**Enthält: Eier, Gluten, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Weizen**  
 Apfelmark

**Mi**

23.01.2019

Rahmspinat  
**Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose**  
 Salzkartoffeln

Rührei  
**Enthält: Eier, Milch, Milcheiweiß, Laktose**

**Do**

24.01.2019

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

Pikante Currysoße  
**Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose, Senf**  
 Erbsen und Möhren "naturell"

**Fr**

25.01.2019

### Menü 2

**Mo**

21.01.2019

Mini-Karotten-Ecke mit Knusperpanade  
**Enthält: Gerste, Gluten, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Weizen**  
 Kartoffel-Buchstaben  
**Enthält: Eier**  
 Braune Rahmsoße  
**Enthält: Eier, Gluten, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sellerie, Weizen**  
 Grüner Gemüsemix "naturell"

**Di**

22.01.2019

Geschnittener Eierpfannkuchen (Kaiserschmarrn ohne Rosinen)  
**Enthält: Eier, Gluten, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Weizen**  
 Apfelmark

**Mi**

23.01.2019

Rahmspinat  
**Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose**  
 Salzkartoffeln

Rührei  
**Enthält: Eier, Milch, Milcheiweiß, Laktose**

**Do**

24.01.2019

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

Pikante Currysoße  
**Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose, Senf**  
 Erbsen und Möhren "naturell"

**Fr**

25.01.2019

*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...		