

SPEISENANGEBOT Mensa Europaschule

KW 44	Montag, 28.10.24	Dienstag, 29.10.24	Mittwoch, 30.10.24	Donnerstag, 31.10.24	Freitag, 01.11.24
Tagesgericht	Gebratene Hähnchenbrust mit fruchtiger Tomatensauce dazu Kräuterkartoffeln Hähnchenbrust Salzkartoffeln	Geflügel Currywurst mit leckerer Sauce und Kartoffelspalten Geflügelbratwurst Currywurstsauce ^{3,8} Kartoffelspalten	Geflügelgeschnetzeltes "Züricher Art" in Rahmsauce mit Champignons und Vollkornreis Züricher Geschnetzeltes Pute ⁶ Vollkornreis	Deftiger Erbseneintopf mit einem Geflügel Wiener und Kartoffel- und Gemüsewürfel sowie eine Scheibe Graubrot Erbseneintopf ¹ Geflügel Wiener ^{2,3,8,G,I,J} Graubrot ^{A,A1,A2}	Natur gebratenes Seelachsfilet -Aus nachhaltigem Fischfang- an Kräutersauce dazu Salzkartoffeln Gebratenes Seelachsfilet ^{1,A,A1,D} Kräuterrahmsauce hell ^{6,1} Salzkartoffeln
Nährwerte	Kilokalorien: 203,3kcal / KH: 19,5g / BE: 1,68E / Fett: 1g / Zucker: g / Salz: 0,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,3g / Kilojoule: 851,4kJ	Kilokalorien: 482,1kcal / KH: 54,6g / BE: 4,59E / Fett: 18,6g / Zucker: 0,5g / Salz: 5,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,1g / Kilojoule: 2018,3kJ	Kilokalorien: 518kcal / KH: 62,1g / BE: 5,28E / Fett: 11,3g / Zucker: 0,1g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,9g / Kilojoule: 2171,1kJ	Kilokalorien: 311,8kcal / KH: 37,1g / BE: 3,18E / Fett: 1,8g / Zucker: g / Salz: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,3g / Kilojoule: 1535,4kJ	Kilokalorien: 1515,5kcal / KH: 37,9g / BE: 3,18E / Fett: 12,5g / Zucker: g / Salz: 1,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,8g / Kilojoule: 6473,1kJ
Vegetarisch	Germknödel mit Kirschfüllung und Vanillesauce Germknödel ^{A,A1,C,G} Vanillesauce ^G	Fleischfreier Bratling "Vales" Schnitzel aus Milch mit Käsesauce dazu Vollkornnudeln Vales Schnitzel ^{A,A1,A4,C,G} Käsesauce ^{G,1} Vollkorn Nudeln ^{A,A1}	Vegetarische Frühlingsrolle mit Currysauce und Asianudeln Vegetarische Frühlingsrolle Currysauce fruchtig ^{A,B,D,F,G,I,L,K} Mie Nudeln ^K	Ricotta Spinaci Cannelloni mit Käse überbacken in Tomaten Basilikumsauce Cannelloni ^{A,A1,C,G,I}	Blumenkohl in Bechamelsauce dazu Salzkartoffeln Blumenkohl Auflauf ^{G,1}
Nährwerte	Kilokalorien: 552,3kcal / KH: 93,1g / BE: 7,88E / Fett: 12,4g / Zucker: / Salz: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 4,3g / Kilojoule: 2310,5kJ	Kilokalorien: 604,5kcal / KH: 82,7g / BE: 5,98E / Fett: 13,6g / Zucker: 0,9g / Salz: 1,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 2590,8kJ	Kilokalorien: 608,5kcal / KH: 60,3g / BE: 5,8E / Fett: 29,9g / Zucker: g / Salz: 1,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 13,5g / Kilojoule: 2555,8kJ	Kilokalorien: 241,3kcal / KH: 9,4g / BE: 0,78E / Fett: 16,9g / Zucker: 0,1g / Salz: 0,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,9g / Kilojoule: 1018,6kJ	Kilokalorien: 180,4kcal / KH: 12,3g / BE: 1,8E / Fett: 8,8g / Zucker: 0g / Salz: 0,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 6g / Kilojoule: 822,3kJ
Gemüse	Kohlrabi in Rahm^G	Bunte Möhren	Sommergemüse Bohnen, Erbsen, Möhren Blumenkohl	Brokkoli	Rahmerbsen^{G,1}
Nährwerte	Kilokalorien: 55kcal / KH: 9g / BE: 0,58E / Fett: 0,1g / Zucker: 3,1g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 261,9kJ	Kilokalorien: 31,5kcal / KH: 4,8g / BE: 0,48E / Fett: 0,3g / Zucker: / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 131,3kJ	Kilokalorien: 71,6kcal / KH: 10,2g / BE: 0,8E / Fett: 0,7g / Zucker: 7,1g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / Kilojoule: 300,1kJ	Kilokalorien: 39,3kcal / KH: 3,7g / BE: 0,38E / Fett: 0,3g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 166,5kJ	Kilokalorien: 120,1kcal / KH: 15,4g / BE: 0,58E / Fett: 1,4g / Zucker: 2g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,3g / Kilojoule: 540,4kJ
oder wahlweise					
Salat	Gurkensalat	Kidneybohnen - Maissalat	Pusztasalat mit Weißkohl, Paprika	Farmersalat Weißkohl, Möhren, Sellerie, Äpfel	Blattsalat Eisberg, Endivien, Radicchio mit Joghurt dressing
Nährwerte	Kilokalorien: 38,8kcal / KH: 3,5g / BE: 0,38E / Fett: 0,2g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 150,7kJ	Kilokalorien: 73,9kcal / KH: 11g / BE: 0,98E / Fett: 0,5g / Zucker: 0g / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 300,8kJ	Kilokalorien: 38,8kcal / KH: 3g / BE: 0,38E / Fett: 0,2g / Zucker: 0g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 155,3kJ	Kilokalorien: 58,9kcal / KH: 6,2g / BE: 0,58E / Fett: 2,9g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,4g / Kilojoule: 289,9kJ	Kilokalorien: 45kcal / KH: 2,5g / BE: 0,28E / 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 ^{1,1} 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 ^{1,1} 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 ^{1,1} Bolognese Sauce Rind ¹
Aus dem Wok	Wok Curry Huhn mit Weißkohl Möhre Paprika Wok Curry Huhn ^{A,B,C,D,F,G,I,L,K}	Wok Gemüse Weißkohl, Möhre Paprika Lauch Sprossen Wokgemüse ^{A,A1,F,I,K}	Wok Karibik Style Zucchini Paprika Möhre Wok Karibik Style ^{A,C,F,G,I,L,K}	Wok Red Dragon Paprika Weißkohl Möhre Sprossen Wok Red Dragon ^{A,A1,F,I,J}	Wok Rindfleisch Weißkohl Möhre Poree Paprika Wok Rindfleisch Hack ^{A,C,F,G,I,L,K}
Nährwerte	Kilokalorien: 170,9kcal / KH: 9,4g / BE: 0,88E / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 641,1kJ	Kilokalorien: 161,9kcal / KH: 11g / BE: 0,98E / Fett: 1g / Zucker: g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / Kilojoule: 716,7kJ	Kilokalorien: 169,5kcal / KH: 8,9g / BE: 0,78E / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 627,8kJ	Kilokalorien: 64,8kcal / KH: 8,9g / BE: 0,68E / Fett: 0,8g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / Kilojoule: 266,5kJ	Kilokalorien: 203,5kcal / KH: 9g / BE: 0,78E / Fett: 6,6g / Zucker: g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,7g / Kilojoule: 860,9kJ
Dessert	Birnenquark^G	Schokoladenpudding	Müsliriegel^{A,A1,A3,A4,E,G}	Beerenjoghurt^G	Karamelpudding
Nährwerte	Kilokalorien: 65,3kcal / KH: 6,7g / BE: 0,38E / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 284,6kJ	Kilokalorien: 299kcal / KH: 30,8g / BE: 2,68E / Fett: 16g / Zucker: / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,3g / Kilojoule: 1253kJ	Kilokalorien: 109,8kcal / KH: 11g / BE: 0,98E / Fett: 0g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 392,3kJ	Kilokalorien: 68kcal / KH: 10,4g / BE: 0,98E / Fett: 0,1g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 301,1kJ	Kilokalorien: 132kcal / KH: 22,7g / BE: 1,98E / Fett: 3,1g / Zucker: / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,8g / Kilojoule: 551kJ
oder wahlweise					
Obst	Apfel	Banane	Birne	Apfel	Kiwi
Nährwerte	Kilokalorien: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 1,8E / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 217kJ	Kilokalorien: 142,5kcal / KH: 32,1g / BE: 2,78E / Fett: 0,3g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 597kJ	Kilokalorien: 78kcal / KH: 18,6g / BE: 1,58E / Fett: 0,5g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 328,5kJ	Kilokalorien: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 1,8E / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 217kJ	Kilokalorien: 63kcal / KH: 10,8g / BE: 0,98E / 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

Legende

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 Haselnuss, **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

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.