

## SPEISENANGEBOT Mensa Europaschule

KW 50	Montag, 09.12.24	Dienstag, 10.12.24	Mittwoch, 11.12.24	Donnerstag, 12.12.24	Freitag, 13.12.24
Tagesgericht	<b>Geschnetzeltes "Züricher Art" von der Pute dazu Butterspätzle</b>	<b>Gebackener Hähnchenschkel mit Bratensauce und Naturreis</b>	<b>Geflügelhacksteak mit leckerer Rahmsauce und Salzkartoffeln</b>	<b>Fischfrikadelle -Aus nachhaltigem Fischfang- an Dill Senfsauce, dazu Kartoffelpüree</b>	<b>Linseneintopf mit Kartoffelwürfeln und Gemüse Lauch Sellerie Möhren dazu ein Wienerle vom Schwein und eine Scheibe Vollkornbrot</b>
	Geschnetzeltes Züricher Art <sup>G,1</sup> Spätzle <sup>A, A1</sup>	Hähnchenkeule Bratensauce <sup>1</sup> Vollkornreis	Geflügelrikadelle <sup>1, A, A1, C</sup> Rahmsauce <sup>1, G</sup> Salzkartoffeln	Fischfrikadelle <sup>1, A, A1, D</sup> Senf Sahnesauce <sup>1, 9, A, A1, G, L, I</sup> Kartoffelstampf <sup>G</sup>	Linseneintopf <sup>3, 5, L, L</sup> Wiener Würstchen <sup>2, 3, 8, 1</sup> Vollkorn Brot <sup>A, A1, A2</sup>
Nährwerte	Kilokalorien: 359,6kcal / KH: 24,6g / BE: 2BE / Fett: 2,9g / Zucker: 0g / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 1g / Kilojoule: 942,7kJ	Kilokalorien: 630kcal / KH: 61,8g / BE: 5,1BE / Fett: 2,6g / Zucker: / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 1g / Kilojoule: 2643,9kJ	Kilokalorien: 630kcal / KH: 61,8g / BE: 5,1BE / Fett: 2,6g / Zucker: / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 1g / Kilojoule: 2643,9kJ	Kilokalorien: 400,1kcal / KH: 31,1g / BE: 2,6BE / Fett: 5,8g / Zucker: g / Salz: 0,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,5g / Kilojoule: 1689,9kJ	Kilokalorien: 243,2kcal / KH: 17,7g / BE: 1,4BE / Fett: 12,5g / Zucker: g / Salz: 1,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 4,6g / Kilojoule: 1006,1kJ
Vegetarisch	<b>Gemüsefrikadelle dazu fruchtige Currysauce und Langkornreis</b>	<b>Allgäuer Käsespätzle mit Fruchtkompott</b>	<b>Allgäuer Grießspätzle mit Röstzwiebeln und Sahnesauce</b>	<b>Eieromelette dazu Rahmspinat und Salzkartoffeln</b>	<b>Gemüseschnitzel an Tomaten Basilikumsauce dazu Gemüse Cous Cous</b>
	Gemüsefrikadelle <sup>A, A1, C, F, G, L, K</sup> Currysauce fruchtig <sup>A, B, D, F, G, L, I, K</sup> Reis	Grießbrei <sup>1, A, A1, G</sup> Fruchtkompott	Käsespätzle <sup>A, A1, G</sup> Sahne Sauce <sup>G, I</sup>	Eieromelette <sup>A, A1, C, G</sup> Rahmspinat <sup>G, I</sup> Salzkartoffeln	Gemüseschnitzel <sup>A, A1, A4</sup> Tomaten Basilikumsauce <sup>1, 1</sup> Cous Cous <sup>A, F, G, L, I</sup>
Nährwerte	Kilokalorien: 479,9kcal / KH: 71,9g / BE: 6BE / Fett: 1,4g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / Kilojoule: 1413,7kJ	Kilokalorien: 356,2kcal / KH: 27,2g / BE: 2,3BE / Fett: 4g / Zucker: 0g / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,4g / Kilojoule: 836,3kJ	Kilokalorien: 412,6kcal / KH: 39,3g / BE: 3,2BE / Fett: 13,1g / Zucker: 0g / Salz: 1g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,5g / Kilojoule: 1719,4kJ	Kilokalorien: 332,7kcal / KH: 32g / BE: 2BE / Fett: 9,1g / Zucker: g / Salz: 1,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,9g / Kilojoule: 1354,2kJ	Kilokalorien: 463,2kcal / KH: 40,2g / BE: 3,3BE / Fett: 12,9g / Zucker: g / Salz: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,7g / Kilojoule: 1521,4kJ
Gemüse	<b>Möhrengemüse</b>	<b>Mischgemüse Erbsen, Möhren, Bohnen</b>	<b>Grüne Bohnen</b>	<b>Rahmspinat</b>	<b>Blumenkohl</b>
	Kilokalorien: 30,2kcal / KH: 0,2g / BE: 0BE / Fett: 0g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 5kJ	Kilokalorien: 99,2kcal / KH: 14,7g / BE: 1,2BE / Fett: 0,6g / Zucker: / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / Kilojoule: 415,6kJ	Kilokalorien: 32,2kcal / KH: 4,3g / BE: 0,4BE / Fett: 0g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 141,3kJ	Kilokalorien: 74,2kcal / KH: 5,3g / BE: 0,4BE / Fett: 0g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 277,9kJ	Kilokalorien: 33,9kcal / KH: 3,5g / BE: 0,3BE / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 144,1kJ
oder wahlweise					
Salat	<b>Wachsohnensalat <sup>3, 5, L</sup></b>	<b>Kraut Salat <sup>3, 5, L</sup></b>	<b>Gurkensalat Rahm <sup>3, 5, G, L</sup></b>	<b>Salat Beilage Mix Lollo Rosso/Bionda Eichblatt Dressing Joghurt <sup>C, G</sup></b>	<b>Eisbergsalat Dressing American <sup>1, C, J</sup></b>
	Kilokalorien: 33,4kcal / KH: 4,2g / BE: 0,3BE / Fett: 0,2g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 141,3kJ	Kilokalorien: 38,1kcal / KH: 2,9g / BE: 0,2BE / Fett: 0,1g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 164,8kJ	Kilokalorien: 70,3kcal / KH: 4,7g / BE: 0,4BE / Fett: 2,5g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,6g / Kilojoule: 299,7kJ	Kilokalorien: 52,6kcal / KH: 3,6g / BE: 0,3BE / Fett: 3,5g / Zucker: 2g / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,7g / Kilojoule: 218,8kJ	Kilokalorien: 85,2kcal / KH: 5,4g / BE: 0,4BE / Fett: 6,5g / Zucker: g / Salz: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / Kilojoule: 353,5kJ
Pizza & Pasta	<b>Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen</b>	<b>Pizza Pomodoro &amp; Salami &amp; Schinken</b>	<b>Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen</b>	<b>Pizza Pomodoro &amp; Salami &amp; Schinken</b>	<b>Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen</b>
	Spiralnudeln <sup>A, A1</sup> Tomaten Basilikumsauce <sup>1, 1</sup> Bolognese Sauce Rind <sup>1</sup>	Pizza Margarita/Pomodoro <sup>A, A1, G</sup> Pizza Salami <sup>2, 3, G, L, I</sup> Pizza Prosciutto <sup>2, 3, 8, G</sup>	Spiralnudeln <sup>A, A1</sup> Tomaten Basilikumsauce <sup>1, 1</sup> Bolognese Sauce Rind <sup>1</sup>	Pizza Margarita/Pomodoro <sup>A, A1, G</sup> Pizza Salami <sup>2, 3, G, L, I</sup> Pizza Prosciutto <sup>2, 3, 8, G</sup>	Spiralnudeln <sup>A, A1</sup> Tomaten Basilikumsauce <sup>1, 1</sup> Bolognese Sauce Rind <sup>1</sup>
Aus dem Wok	<b>Wok Curry Huhn mit Weißkohl Möhre Paprika</b>	<b>Wok Gemüse Weißkohl, Möhre Paprika Lauch Sprossen</b>	<b>Wok Karibik Style Zucchini Paprika Möhre</b>	<b>Wok Red Dragon Paprika Weißkohl Möhre Sprossen</b>	<b>Wok Rindfleisch Weißkohl Möhre Poree Paprika</b>
	Wok Curry Huhn <sup>A, B, C, D, F, G, L, I, K</sup>	Wokgemüse <sup>A, A1, F, L, K</sup>	Wok Karibik Style <sup>A, C, F, G, L, I, K</sup>	Wok Red Dragon <sup>A, A1, F, L, I</sup>	Wok Rindfleisch Hack <sup>A, C, F, G, L, I, K</sup>
Nährwerte	Kilokalorien: 170,9kcal / KH: 9,4g / BE: 0,8BE / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 641,1kJ	Kilokalorien: 161,9kcal / KH: 11g / BE: 0,9BE / Fett: 1g / Zucker: g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / Kilojoule: 716,7kJ	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	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	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	<b>Vanillepudding <sup>G</sup></b>	<b>Fruchtjoghurt Apfel Aprikose <sup>1, 3</sup></b>	<b>Apfelmus <sup>3</sup></b>	<b>Schokoladenpudding <sup>G</sup></b>	<b>Fruchtquark Beerenmix <sup>G</sup></b>
	Kilokalorien: 126kcal / KH: 20,9g / BE: 1,7BE / Fett: 3,2g / Zucker: / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,8g / Kilojoule: 529kJ	Kilokalorien: 41kcal / KH: 3,2g / BE: 0,3BE / Fett: 0,1g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 119,3kJ	Kilokalorien: 67kcal / KH: / BE: / Fett: / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: / Kilojoule:	Kilokalorien: 299kcal / KH: 30,8g / BE: 2,6BE / Fett: 16g / Zucker: / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,3g / Kilojoule: 1233kJ	Kilokalorien: 92,6kcal / KH: 11,7g / BE: 1BE / Fett: 0,2g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 396,7kJ
oder wahlweise					
Obst	<b>Apfel</b>	<b>Banane</b>	<b>Birne</b>	<b>Apfel</b>	<b>Kiwi</b>
	Kilokalorien: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 1BE / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 217kJ	Kilokalorien: 142,5kcal / KH: 32,1g / BE: 2,7BE / Fett: 0,3g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 597kJ	Kilokalorien: 78kcal / KH: 18,6g / BE: 1,5BE / Fett: 0,5g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 328,5kJ	Kilokalorien: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 1BE / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 217kJ	Kilokalorien: 61kcal / 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 / 1273980  
Mail: mensa.europaschule@dk-kochwerk.de

Die grün hinterlegten Komponenten bilden täglich eine komplette Mahlzeit entsprechend dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ ab, und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert und mit dem DGE-Logo ausgezeichnet.



Legende

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 einschl. 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

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.