

**SPEISENANGEBOT**  
**Mensa Europaschule**

KW 51	Montag, 16.12.24	Dienstag, 17.12.24	Mittwoch, 18.12.24	Donnerstag, 19.12.24	Freitag, 20.12.24
Tagesgericht	<b>Rindergulasch "Ungarische Art" mit Zwiebeln und Paprika, dazu Vollkornreis</b> Rindergulasch <sup>G</sup> Vollkornreis	<b>Geflügelbratwurst mit Kartoffelstampf</b> Geflügelbratwurst <sup>2,3</sup> Bratensauce <sup>1</sup> Kartoffelstampf <sup>G</sup>	<b>Putentasche "Cordon bleu" gefüllt mit Putenschinken dazu Rahmsauce und 4 Stück Kartoffelkroketten</b> Putentasche Cordon bleu <sup>1,2,8,A,A1,A3,G</sup> Rahmsauce <sup>1,G</sup> Kroketten <sup>A,A1</sup>	<b>Italienische Minestrone mit Geflügelbällchen und Tomaten, Nudeln dazu Brot</b> Minestrone <sup>1</sup> Geflügelbällchen <sup>8,A,A1,C,I</sup> Baguette <sup>A,A1,K</sup>	<b>Seelachsfilet paniert -aus nachhaltigem Fischfang- mit Zitronensauce und Petersilienkartoffeln</b> Seelachsfilet pan. <sup>A,A1,D</sup> Zitronen Sahnesauce <sup>1,G,I</sup> Petersilienkartoffeln
	Nährwerte	Kilokalorien: 568,7kcal / KH: 65,5g / BE: 5,38E / Fett: 2,8g / Zucker: 1,2g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,1g / Kilojoule: 2442,6kJ	Kilokalorien: 295,4kcal / KH: 17,6g / BE: 1,48E / Fett: 14,6g / Zucker: g / Salz: 1,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 7g / Kilojoule: 1233kJ	Kilokalorien: 702,9kcal / KH: 34,1g / BE: 0,18E / Fett: 0,9g / Zucker: 0,3g / Salz: 1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / Kilojoule: 1924,1kJ	Kilokalorien: 285kcal / KH: 8,2g / BE: 0,28E / Fett: 5,6g / Zucker: 3,9g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,9g / Kilojoule: 398,4kJ
Vegetarisch	<b>3 Stück Eierpannkuchen mit Beerengrütze</b> Eierpannkuchen <sup>A,A1,C,G</sup> Beerengrütze	<b>Vegetarische Tortellini mit Gemüsefüllung in Käserahmsauce</b> Tortellini <sup>A,A1,C,G</sup> Käsesauce <sup>G,I</sup>	<b>Mailänder Gnocchi Pfanne mit Paprika, Zucchini, und Zwiebeln dazu Tomatensauce</b> Gnocchipfanne <sup>A,A1,C</sup> Tomaten Basilikumsauce <sup>1,I</sup>	<b>Blumenkohl-Käse Bratling mit Kräuterquark und Cous Cous</b> Blumenkohl - Käse Medaillon <sup>A,A1,G</sup> Kräuter Quark <sup>3,5,G,L</sup> Cous Cous <sup>A,F,G,L,I</sup>	<b>2 Stück Gebackene Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung dazu Rahmspinat</b> Kartoffeltaschen <sup>G</sup> Rahmspinat <sup>G,I</sup>
	Nährwerte	Kilokalorien: 458,5kcal / KH: 32g / BE: 2,78E / Fett: 0,2g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 594,1kJ	Kilokalorien: 253,1kcal / KH: 23,3g / BE: 1,98E / Fett: 9,5g / Zucker: g / Salz: 0,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 5,7g / Kilojoule: 1125,6kJ	Kilokalorien: 701,7kcal / KH: 130,9g / BE: 0,98E / Fett: 12,8g / Zucker: g / Salz: 3,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,5g / Kilojoule: 2970,4kJ	Kilokalorien: 356,1kcal / KH: 5,4g / BE: 0,48E / Fett: 0g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 309kJ
Gemüse	<b>Balkangemüse<sup>1</sup> Brechbohnen, Erbsen, Möhren, Mais</b>	<b>Rahmsauerkraut<sup>G,I</sup></b>	<b>Mischgemüse<sup>1</sup> Erbsen, Möhren</b>	<b>Blumenkohl</b>	<b>Bunter Gemüsemix<sup>1</sup> Brokkoli, Blumenkohl, Möhren</b>
	Nährwerte	Kilokalorien: 45,6kcal / KH: 5,7g / BE: 0,58E / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 190,8kJ	Kilokalorien: 107,2kcal / KH: 8,4g / BE: 0,68E / Fett: 5,1g / Zucker: g / Salz: 0,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,3g / Kilojoule: 438,2kJ	Kilokalorien: 99,2kcal / KH: 14,7g / BE: 1,28E / Fett: 0,6g / Zucker: / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / Kilojoule: 415,6kJ	Kilokalorien: 33,9kcal / KH: 3,5g / BE: 0,38E / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 144,1kJ
oder wahlweise					
Salat	<b>Salat Dressing Joghurt<sup>C,G</sup></b>	<b>Möhrensalat<sup>3,5,L</sup></b>	<b>Eisbergsalat Dressing American<sup>1,C,I</sup></b>	<b>Gurkensalat<sup>3,5,L</sup></b>	<b>Kraut Salat<sup>3,5,L</sup></b>
	Nährwerte	Kilokalorien: 45kcal / KH: 2,5g / BE: 0,28E / Fett: 3,4g / Zucker: 2g / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,7g / Kilojoule: 186,1kJ	Kilokalorien: 29,7kcal / KH: 4,1g / BE: 0,38E / Fett: 0,1g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 126,1kJ	Kilokalorien: 85,2kcal / KH: 5,4g / BE: 0,48E / Fett: 6,5g / Zucker: g / Salz: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / Kilojoule: 353,5kJ	Kilokalorien: 34,8kcal / KH: 3,5g / BE: 0,38E / Fett: 0,2g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 150,7kJ
Pizza & Pasta	<b>Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen</b> Spiralnudeln <sup>A,A1</sup> Tomaten Basilikumsauce <sup>1,I</sup> Bolognese Sauce Rind <sup>1</sup>	<b>Pizza Pomodoro &amp; Salami &amp; Schinken</b> 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>	<b>Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen</b> Spiralnudeln <sup>A,A1</sup> Tomaten Basilikumsauce <sup>1,I</sup> Bolognese Sauce Rind <sup>1</sup>	<b>Pizza Pomodoro &amp; Salami &amp; Schinken</b> 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>	<b>Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen</b> Spiralnudeln <sup>A,A1</sup> Tomaten Basilikumsauce <sup>1,I</sup> Bolognese Sauce Rind <sup>1</sup>
	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
Aus dem Wok	<b>Wok Curry Huhn mit Weißkohl Möhre Paprika</b> Wok Curry Huhn <sup>A,B,C,D,F,G,L,I,K</sup>	<b>Wok Gemüse Weißkohl, Möhre Paprika Lauch Sprossen</b> Wokgemüse <sup>A,A1,F,I,K</sup>	<b>Wok Karibik Style Zucchini Paprika Möhre</b> Wok Karibik Style <sup>A,C,F,G,L,I,K</sup>	<b>Wok Red Dragon Paprika Weißkohl Möhre Sprossen</b> Wok Red Dragon <sup>A,A1,F,L,I</sup>	<b>Wok Rindfleisch Weißkohl Möhre Poree Paprika</b> Wok Rindfleisch Hack <sup>A,C,F,G,L,I,K</sup>
	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
Dessert	<b>Stracciatellajoghurt<sup>G</sup></b>	<b>Milchreis kalt als Dessert<sup>1,G</sup></b>	<b>Fruchtquark Apfel Pfirsich<sup>G</sup></b>	<b>Kuchenstück<sup>A,A1,C,G</sup></b>	<b>Vanillepudding<sup>G</sup></b>
	Nährwerte	Kilokalorien: 132kcal / KH: 20,2g / BE: 1,78E / Fett: 3,8g / Zucker: / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,3g / Kilojoule: 552kJ	Kilokalorien: 86,8kcal / KH: 6,4g / BE: 0,58E / Fett: 1,4g / Zucker: / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,9g / Kilojoule: 231,5kJ	Kilokalorien: 92,6kcal / KH: 11,7g / BE: 18E / Fett: 0,2g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 396,7kJ	Kilokalorien: 243,7kcal / KH: 32,6g / BE: / Fett: 9,3g / Zucker: 18,6g / Salz: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,7g / Kilojoule: 1022,1kJ
oder wahlweise					
Obst	<b>Apfel</b>	<b>Banane</b>	<b>Birne</b>	<b>Apfel</b>	<b>Kiwi</b>
	Nährwerte	Kilokalorien: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 18E / 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: 18E / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 217kJ



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 einschl. Laktose / **H** enthält Schalenfrüchte - **H1** aus Mandeln, **H2** aus Haselnuss, **H3** aus Walnuss, **H4** aus Cashewnuss, **H5** aus Pekanuss, **H6** aus Paranuss, **H7** aus Pistazie, **H8** aus Macadamianuss / **I** enthält Senf / **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.