

# SPEISEANGEBOT

## Mensa Neunkirchen - DGE Komponenten

KW 6	Montag, 03.02.25	Dienstag, 04.02.25	Mittwoch, 05.02.25	Donnerstag, 06.02.25	Freitag, 07.02.25
Tagesgericht	<b>Gebackener Hähnchenschkel mit Bratensauce und Naturreis</b>	<b>Geschnetzeltes "Züricher Art" vom Schwein dazu Vollkornnudeln</b>	<b>Geflügelhacksteak mit leckerer Rahmsauce und Salzkartoffeln</b>	<b>2 St Hot Dog mit Geflügelwiener Röstzwiebeln Gurkenschnitzel und Ketchup</b>	<b>Bunte Reispfanne mit tomatisierter Sauce Erbsen Möhren mit Hähnchenfleisch</b>
	Hähnchenkeule Bratensauce <sup>1</sup> Vollkornreis	Geschnetzeltes Züricher Art <sup>G</sup> Vollkorn Nudeln	Geflügelrikadelle <sup>A, A1, C</sup> Rahmsauce <sup>1, G</sup> Salzkartoffeln	Hot Dog <sup>2, 3, 8, 9, A, A1, C, G, I, I, K</sup>	Djuvecreis <sup>1</sup>
Nährwerte	Kilokalorien: 630kcal / KH: 61,9g / BE: 5,18E / Fett: 2,6g / Zucker: / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 1g / Kilojoule: 2643,9kJ	Kilokalorien: 564,3kcal / KH: 63,4g / BE: 5,38E / Fett: 5,6g / Zucker: 0g / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,7g / Kilojoule: 2372,3kJ	Kilokalorien: 564,3kcal / KH: 63,4g / BE: 5,38E / Fett: 5,6g / Zucker: 0g / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,7g / Kilojoule: 2372,3kJ	Kilokalorien: 3kcal / KH: 0g / BE: 0BE / Fett: 0g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 7,2kJ	Kilokalorien: 369,1kcal / KH: 3,4g / BE: 0,38E / Fett: 1,3g / Zucker: 0,1g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / Kilojoule: 172,5kJ
oder wahlweise					
Alternatives Tagesgericht	<b>Gebackener Hähnchenschkel mit Bratensauce und Langkornreis</b>	<b>Kaiserschmarr'n mit Apfelmus</b>	<b>Gegrilltes Rinderhacksteak dazu leckere Rahmsauce und Salzkartoffeln</b>	<b>Natur gebratenes Seelachsfilet -Aus nachhaltigem Fischfang- an Senf Dillsauce dazu Salzkartoffeln</b>	<b>Linseneintopf mit Kartoffelwürfeln und Gemüse Lauch Sellerie Möhren eine Scheibe Vollkornbrot</b>
	Hähnchenkeule Bratensauce <sup>1</sup> Reis	Kaiserschmarr'n <sup>A, A1, C, G, M</sup> Vanillesauce <sup>G</sup>	Rinderhacksteak <sup>A, A1, C</sup> Rahmsauce <sup>1, G</sup> Salzkartoffeln	Gebratenes Seelachsfilet <sup>1, A, A1, D</sup> Senf Sahnesauce <sup>1, 9, A, A1, G, I, J</sup> Salzkartoffeln	Linseneintopf <sup>3, 5, 1, L</sup> Vollkorn Brot <sup>A, A1, A2</sup>
Nährwerte	Kilokalorien: 630kcal / KH: 64,7g / BE: 5,48E / Fett: 1,3g / Zucker: / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,7g / Kilojoule: 2641,5kJ	Kilokalorien: 812,3kcal / KH: 17,1g / BE: 1,48E / Fett: 1,3g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,8g / Kilojoule: 338,1kJ	Kilokalorien: 358,4kcal / KH: 20,8g / BE: 1,78E / Fett: 0,8g / Zucker: / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,8g / Kilojoule: 723,3kJ	Kilokalorien: 1548,3kcal / KH: 31g / BE: 2,68E / Fett: 13,5g / Zucker: g / Salz: 1,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,4g / Kilojoule: 6517kJ	Kilokalorien: 102,1kcal / KH: 17,2g / BE: 1,48E / Fett: 0,5g / Zucker: g / Salz: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 422,3kJ
Vegetarisch	<b>Creemiger Grießbrei mit Fruchtkompott</b>	<b>Gemüsefrikadelle dazu fruchtige Currysauce und Langkornreis</b>	<b>Allgäuer Käsespätzle mit Röstzwiebeln und Sahnesauce</b>	<b>Eieromelette dazu Rahmspinat und Salzkartoffeln</b>	<b>Gemüseschnitzel an Tomaten Basilikumsauce dazu Gemüse Cous Cous</b>
	Grießbrei <sup>1, A, A1, G</sup> Fruchtkompott	Gemüsefrikadelle <sup>A, A1, C, F, G, I, K</sup> Currysauce fruchtig <sup>A, B, D, F, G, I, J, K</sup> Reis	Käsespätzle <sup>G</sup> Sahne Sauce <sup>G, I</sup>	Eieromelett <sup>A, A1, C, G</sup> Rahmspinat <sup>G, I</sup> Salzkartoffeln	Gemüseschnitzel <sup>A, A1, A4</sup> Tomaten Basilikumsauce <sup>1, I</sup> Cous Cous <sup>A, F, G, I, J</sup>
Nährwerte	Kilokalorien: 356,2kcal / KH: 27,7g / BE: 2,38E / Fett: 4g / Zucker: 0g / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,4g / Kilojoule: 836,3kJ	Kilokalorien: 479,9kcal / KH: 71,9g / BE: 68E / Fett: 1,4g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / Kilojoule: 1411,7kJ	Kilokalorien: 412,8kcal / KH: 39,3g / BE: 3,28E / Fett: 13,1g / Zucker: 0g / Salz: 1g / davon gesättigte Fettsäuren: 7,5g / Kilojoule: 1719,4kJ	Kilokalorien: 335,1kcal / KH: 32,4g / BE: 2,18E / Fett: 9,4g / Zucker: g / Salz: 1,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 1421,4kJ	Kilokalorien: 463kcal / KH: 40,2g / BE: 3,38E / 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: 1,28E / Fett: 0,6g / Zucker: / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / Kilojoule: 415,6kJ	Kilokalorien: 32,2kcal / KH: 4,3g / BE: 0,48E / Fett: 0g / Zucker: / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 141,3kJ	Kilokalorien: 76,6kcal / KH: 5,7g / BE: 0,58E / Fett: 0,3g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 345,1kJ	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>Wachsbrechbohnsalat</b>	<b>Krautsalat</b>	<b>Gurkensalat in Rahm</b>	<b>Bunter Blattsalat Lollo Rosso/Bionda Eichblatt mit Joghurt Dressing</b>	<b>Eisberg - Möhren Mix mit American Dressing</b>
	Kilokalorien: 33,4kcal / KH: 4,7g / BE: 0,38E / Fett: 0,2g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 143,1kJ	Kilokalorien: 38,1kcal / KH: 2,9g / BE: 0,28E / Fett: 0,1g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 164,8kJ	Kilokalorien: 70,3kcal / KH: 4,7g / BE: 0,48E / Fett: 2,5g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,6g / Kilojoule: 299,7kJ	Kilokalorien: 53,8kcal / KH: 3,6g / BE: 0,38E / Fett: 3,5g / Zucker: 2g / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,7g / Kilojoule: 228,8kJ	Kilokalorien: 85,3kcal / KH: 5,4g / BE: 0,48E / Fett: 6,5g / Zucker: g / Salz: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / 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 Tomaten Basilikumsauce <sup>1, I</sup> Bolognese Sauce Rind <sup>1</sup>	Pizza Margarita/Pomodoro <sup>G</sup> Pizza Salami <sup>2, 3, 6, I, I</sup> Pizza Prosciutto <sup>2, 3, 8, G</sup>	Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce <sup>1, I</sup> Bolognese Sauce Rind <sup>1</sup>	Pizza Margarita/Pomodoro <sup>G</sup> Pizza Salami <sup>2, 3, 6, I, I</sup> Bolognese Sauce Rind <sup>1</sup>	Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce <sup>1, I</sup> Bolognese Sauce Rind <sup>1</sup>
Dessert	<b>Vanillepudding</b>	<b>Fruchtjoghurt Apfel Aprikose<sup>1, 3</sup></b>	<b>Apfelmus<sup>3</sup></b>	<b>Schokoladenpudding</b>	<b>Beerenquark</b>
	Kilokalorien: 126kcal / KH: 20,9g / BE: 1,78E / Fett: 3,2g / Zucker: / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,8g / Kilojoule: 529kJ	Kilokalorien: 42,5kcal / KH: 3,8g / BE: 0,38E / Fett: 0,1g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 143,1kJ	Kilokalorien: 67kcal / KH: / BE: / Fett: / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: / Kilojoule:	Kilokalorien: 299kcal / KH: 30,8g / BE: 2,68E / Fett: 16g / Zucker: / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,3g / Kilojoule: 1253kJ	Kilokalorien: 83,4kcal / KH: 10,1g / BE: 0,88E / Fett: 0,2g / Zucker: / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 349,9kJ
oder wahlweise					
Obst	<b>Apfel</b>	<b>Banane</b>	<b>Birne</b>	<b>Apfel</b>	<b>Kiwi</b>
	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: 0,1g / Kilojoule: 328,5kJ	Kilokalorien: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 18E / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 217kJ	Kilokalorien: 61kcal / KH: 10,8g / BE: 0,98E / Fett: 0,6g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 255kJ



Betriebsstätte:  
Mensa Neunkirchen  
Rathausstraße 2A  
53819 Neunkirchen-Seelscheid  
Ansprechpartner: Herr Frank Neumann  
Telefon: 02247 / 900 25 69  
Mail: mensa.nk@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.**



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 Pekanüssen, 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.