

## SPEISENANGEBOT Mensa Europaschule

KW 18	Montag, 29.04.24	Dienstag, 30.04.24	Mittwoch, 01.05.24	Donnerstag, 02.05.24	Freitag, 03.05.24	
<b>Tagesgericht</b>	<b>Geschnetzeltes "Züricher Art" von der Pute dazu Butterspätzle</b>  Geschnetzeltes Züricher Art <sup>G,1</sup> Spätzle <sup>A, A1</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	<b>Gebackener Hähnchenschkel mit Bratensauce und Naturreis</b>  Hähnchenkeule Bratensauce <sup>1</sup> Vollkornreis  Nährwerte Kilokalorien: 630kcal / KH: 61,8g / BE: 5,1BE / Fett: 2,6g / Zucker: / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 1g / Kilojoule: 2643,9kJ		<b>Fischfrikadelle -Aus nachhaltigem Fischfang- an Dill Senfsauce, dazu Kartoffelpüree</b>  Fischfrikadelle <sup>1, A, A1, D</sup> Senf Sahnesauce <sup>1, 9, A, A1, G, I, J</sup> Kartoffelstampf <sup>G</sup>  Nährwerte 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	<b>Linseneintopf mit Kartoffelwürfeln und Gemüse Lauch Sellerie Möhren dazu ein Wienerle vom Schwein und eine Scheibe Vollkornbrot</b>  Linseneintopf <sup>3, 5, 1, L</sup> Wiener Würstchen <sup>2, 3, 8, 1</sup> Vollkorn Brot <sup>A, A1, A2</sup>  Nährwerte 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	
<b>Vegetarisch</b>	<b>Gemüsefrikadelle dazu fruchtige Currysauce und Langkornreis</b>  Gemüsefrikadelle <sup>A, A1, C, F, G, I, K</sup> Currysauce fruchtig <sup>A, B, D, F, G, I, I, K</sup> Reis  Nährwerte Kilokalorien: 479,9kcal / KH: 71,9g / BE: 6BE / Fett: 1,4g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / Kilojoule: 1411,7kJ	<b>Cremiger Grießbrei mit Fruchtkompott</b>  Grießbrei <sup>1, A, A1, G</sup> Fruchtkompott  Nährwerte Kilokalorien: 356,2kcal / KH: 27,2g / BE: 2,3BE / Fett: 4g / Zucker: 0g / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,4g / Kilojoule: 836,3kJ	<b>Feiertag</b>		<b>Eieromelette dazu Rahmspinat und Salzkartoffeln</b>  Eieromelette <sup>A, A1, C, G</sup> Rahmspinat <sup>G, 1</sup> Salzkartoffeln  Nährwerte Kilokalorien: 332,7kcal / KH: 32g / BE: 2BE / Fett: 9,1g / Zucker: g / Salz: 1,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,9g / Kilojoule: 1354,2kJ	<b>Gemüseschnitzel an Tomaten Basilikumsauce dazu Gemüse Cous Cous</b>  Gemüseschnitzel <sup>A, A1, A4</sup> Tomaten Basilikumsauce <sup>1, 1</sup> Cous Cous <sup>A, F, G, I, J</sup>  Nährwerte Kilokalorien: 463kcal / KH: 40,2g / BE: 3,3BE / Fett: 12,9g / Zucker: g / Salz: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,7g / Kilojoule: 1521,4kJ
<b>Gemüse</b>	<b>Möhrengemüse</b>  Nährwerte Kilokalorien: 30,2kcal / KH: 0,2g / BE: 0BE / Fett: 0g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 5kJ	<b>Mischgemüse Erbsen, Möhren, Bohnen</b>  Nährwerte Kilokalorien: 99,2kcal / KH: 14,7g / BE: 1,2BE / Fett: 0,6g / Zucker: / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / Kilojoule: 415,6kJ		<b>Rahmspinat</b>  Nährwerte Kilokalorien: 74,2kcal / KH: 5,3g / BE: 0,4BE / Fett: 0g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 277,9kJ	<b>Blumenkohl</b>  Nährwerte 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						
<b>Salat</b>	<b>Wachsbohnsalat <sup>3, 5, L</sup></b>  Nährwerte Kilokalorien: 33,4kcal / KH: 4,2g / BE: 0,3BE / Fett: 0,2g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 141,1kJ	<b>Kraut Salat <sup>3, 5, L</sup></b>  Nährwerte Kilokalorien: 38,1kcal / KH: 2,9g / BE: 0,2BE / Fett: 0,1g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 164,8kJ		<b>Salat Beilage Mix Lollo Rosso/Bionda Eichblatt Dressing Joghurt <sup>C, G</sup></b>  Nährwerte 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	<b>Eisbergsalat Dressing American <sup>1, C, J</sup></b>  Nährwerte Kilokalorien: 85,2kcal / KH: 5,4g / BE: 0,4BE / Fett: 6,5g / Zucker: g / Salz: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,7g / Kilojoule: 353,5kJ	
<b>Pizza &amp; Pasta</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>	<b>Pizza Pomodoro &amp; Salami &amp; Schinken</b>  Pizza Margarita/Pomodoro <sup>A, A1, G</sup> Pizza Salami <sup>2, 3, G, I, J</sup> Pizza Prosciutto <sup>2, 3, 8, G</sup>		<b>Pizza Pomodoro &amp; Salami &amp; Schinken</b>  Pizza Margarita/Pomodoro <sup>A, A1, G</sup> Pizza Salami <sup>2, 3, G, I, J</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, 1</sup> Bolognese Sauce Rind <sup>1</sup>	
<b>Aus dem Wok</b>	<b>Wok Curry Huhn mit Weißkohl Möhre Paprika</b>  Wok Curry Huhn <sup>A, B, C, D, F, G, I, 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	<b>Wok Gemüse Weißkohl, Möhre Paprika Lauch Sprossen</b>  Wokgemüse <sup>A, A1, F, I, K</sup>  Nährwerte Kilokalorien: 161,9kcal / KH: 11g / BE: 0,9BE / Fett: 1g / Zucker: g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / Kilojoule: 716,7kJ		<b>Wok Red Dragon Paprika Weißkohl Möhre Sprossen</b>  Wok Red Dragon <sup>A, A1, F, I, J</sup>  Nährwerte 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	<b>Wok Rindfleisch Weißkohl Möhre Poree Paprika</b>  Wok Rindfleisch Hack <sup>A, C, F, G, I, I, K</sup>  Nährwerte Kilokalorien: 203,5kcal / KH: 9g / BE: 0,7BE / Fett: 6,6g / Zucker: g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,7g / Kilojoule: 860,9kJ	
<b>Dessert</b>	<b>Vanillepudding <sup>G</sup></b>  Nährwerte Kilokalorien: 126kcal / KH: 20,9g / BE: 1,7BE / Fett: 3,2g / Zucker: / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,8g / Kilojoule: 529kJ	<b>Fruchtjoghurt Apfel Aprikose <sup>1, 3</sup></b>  Nährwerte Kilokalorien: 41kcal / KH: 3,2g / BE: 0,3BE / Fett: 0,1g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 119,3kJ		<b>Schokoladenpudding <sup>G</sup></b>  Nährwerte Kilokalorien: 299kcal / KH: 30,8g / BE: 2,6BE / Fett: 16g / Zucker: / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,3g / Kilojoule: 1253kJ	<b>Fruchtquark Beerenmix <sup>G</sup></b>  Nährwerte 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						
<b>Obst</b>	<b>Apfel</b>  Nährwerte Kilokalorien: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 1BE / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 217kJ	<b>Banane</b>  Nährwerte Kilokalorien: 142,5kcal / KH: 32,1g / BE: 2,7BE / Fett: 0,3g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 597kJ		<b>Apfel</b>  Nährwerte Kilokalorien: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 1BE / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 217kJ	<b>Kiwi</b>  Nährwerte 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 / 127390  
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:  
A1 enthält Gluten - A2 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.