












SPEISEANGEBOT
Mensa Hennef - DGE Komponenten

KW 39	Montag, 27.09.21	Dienstag, 28.09.21	Mittwoch, 29.09.21	Donnerstag, 30.09.21	Freitag, 01.10.21
Zu jedem Hauptgericht gehört Gemüse <u>oder</u> ein Salat, ein Dessert <u>oder</u> ein Stück Obst, sowie ein Getränk 0,2 l (Wasser oder Fruchtee)					
Tagesgericht 4,50	Rindergulasch "Ungarische Art" mit Zwiebeln und Paprika, dazu Langkornreis Rindergulasch ^{A, A1, G} Reis 		Putentasche "Cordon bleu" gefüllt mit Putenschinken dazu Rahmsauce und Vollkornreis Putentasche Cordon bleu ^{1, 2, 8, A, A1, A3, G} Rahmsauce ^{1, A, A1, G} Vollkornreis ¹	Italienische Minestrone "vegetarisch" mit Tomaten, Nudeln dazu Brot Minestrone ¹ Baguette ^{A, A1} 	
Nährwerte	Kilojoule: 3612,2kJ / Kilokalorien: 820,9kcal / Fett: 22,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 7,2g / Zucker: 4,7g / Salz: 2,7g / : / :		Kilojoule: 2444,2kJ / Kilokalorien: 588,3kcal / Fett: 44,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 17,4g / Zucker: g / Salz: 3g / : / :	Kilojoule: 423,4kJ / Kilokalorien: 100,4kcal / Fett: 5,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,9g / Zucker: 7,7g / Salz: 0,8g / : / :	
Vegetarisch 4,50	3 Stück Eierpfannkuchen mit Beerengrütze Eierpfannkuchen ^{A, A1, C, G} Beerengrütze 		Mailänder Gnocchi Pfanne mit buntem Gemüse und Tomatensauce Gnocchipfanne ^{A, A1, C} Tomaten Basilikumsauce ^{1, 1} 	Vegetarische Tortellini mit Gemüsefüllung in Käserahmsauce Tortellini Käsesauce ^{1, A, A1, G, 1} 	
Nährwerte	Kilojoule: 2043,4kJ / Kilokalorien: 485,9kcal / Fett: 9,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,1g / Zucker: 18,2g / Salz: 1,2g / : / :		Kilojoule: 3048,4kJ / Kilokalorien: 720,8kcal / Fett: 15,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,2g / Zucker: g / Salz: 5,6g / : / :	Kilojoule: 1248,2kJ / Kilokalorien: 298kcal / Fett: 19,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 10g / Zucker: g / Salz: 3,8g / : / :	
Gemüse	Balkangemüse 		Mischgemüse¹ 	Blumenkohl 	
Nährwerte	Kilojoule: 170,6kJ / Kilokalorien: 40,8kcal / Fett: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Zucker: g / Salz: 0,5g / : / :		Kilojoule: 359,5kJ / Kilokalorien: 85,5kcal / Fett: 4,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,1g / Zucker: 7,8g / Salz: 1,1g / : / :	Kilojoule: 144,2kJ / Kilokalorien: 34kcal / Fett: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: g / Zucker: g / Salz: 0,3g / : / :	
oder wahlweise					
Salat	Salat Dressing Joghurt^{C, G} 		Eisbergsalat Dressing American^{C, J} 	Gurkensalat^{3, 5, L} 	
Nährwerte	Kilojoule: 149,1kJ / Kilokalorien: 35,7kcal / Fett: 2,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,7g / Zucker: / Salz: 0,2g / : / :		Kilojoule: 283kJ / Kilokalorien: 67,7kcal / Fett: 6,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,9g / Zucker: g / Salz: 1,5g / : / :	Kilojoule: 208,1kJ / Kilokalorien: 49,5kcal / Fett: 3,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,3g / Zucker: g / Salz: 0,3g / : / :	
Salatbuffet zur Selbstbedienung					
Pizza & Pasta 4,50 €	Pasta Tomatensauce Bolognesesauce Spiralnudeln ^{A, A1} Tomaten Basilikumsauce ^{1, 1} Bolognese Sauce Rind ^{A, A1, 1}		Pasta Tomatensauce Bolognesesauce Spiralnudeln ^{A, A1} Tomaten Basilikumsauce ^{1, 1} Bolognese Sauce Rind ^{A, A1, 1}	Pizza Pizza Margarita/Pomodoro ^{A, A1, G} Pizza Salami ^{2, 3, A, A1, G} Pizza Prosciutto ^{2, 3, 8, A, A1, G}	
Nährwerte	Kilojoule: 3193,4kJ / Kilokalorien: 758,5kcal / Fett: 25,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,4g / Zucker: 7,4g / Salz: 5,8g / : / :		Kilojoule: 3193,4kJ / Kilokalorien: 758,5kcal / Fett: 25,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,4g / Zucker: 7,4g / Salz: 5,8g / : / :	Kilojoule: 7461,5kJ / Kilokalorien: 1771,8kcal / Fett: 62,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 31g / Zucker: 15,7g / Salz: 13,5g / : / :	
Dessert	Stracciatellajoghurt^G		Fruchtquark^G	Kuchenstück^{A, A1, C, G}	
Nährwerte	Kilojoule: 524kJ / Kilokalorien: 125kcal / Fett: 5g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,3g / Zucker: 14,7g / Salz: 0,1g / : / :		Kilojoule: 573,3kJ / Kilokalorien: 136,4kcal / Fett: 1,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,8g / Zucker: g / Salz: 0,1g / : / :	Kilojoule: 1022,1kJ / Kilokalorien: 243,7kcal / Fett: 9,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,7g / Zucker: 18,6g / Salz: 0,4g / : / :	
oder wahlweise					
Obst	Apfel		Birne	Apfel	
Nährwerte	Kilojoule: 217kJ / Kilokalorien: 52kcal / Fett: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Zucker: g / Salz: 0g / : / :		Kilojoule: 328,5kJ / Kilokalorien: 78kcal / Fett: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Zucker: g / Salz: 0g / : / :	Kilojoule: 217kJ / Kilokalorien: 52kcal / Fett: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Zucker: g / Salz: 0g / : / :	
Hinweis	Bis zur angestrebten Zertifizierung durch die Deutsche Gesellschaft für Ernährung sind die Hauptkomponenten der jeweiligen Gerichte grün markiert				



Betriebsstätte:
Musterkantine
Musterstr 1
12345 Musterstadt
Ansprechpartner: Hr. Mustermann
Telefon: 01234 / 123456
Mail: musterkantine@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 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.