










SPEISEANGEBOT
Mensa Hennef - DGE Komponenten

KW 40	Montag, 04.10.21	Dienstag, 05.10.21	Mittwoch, 06.10.21	Donnerstag, 07.10.21	Freitag, 08.10.21
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	Gebratene Hähnchenbrust dazu Kräuterkartoffeln Hähnchenbrust Salzkartoffeln ¹ <small>Kilojoule: 1124,9kJ / Kilokalorien: 266,1kcal / Fett: 6,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,6g / Zucker: 1,8g / Salz: 2,7g / : / :</small>		Geflügelgeschnetzeltes in milder Pfeffersauce dazu Vollkornreis <small>Geschnetzeltes Züricher Art^{A, A1, G} Vollkornreis²</small> <small>Kilojoule: 2787,4kJ / Kilokalorien: 667,7kcal / Fett: 37g / davon gesättigte Fettsäuren: 11,5g / Zucker: 9,5g / Salz: 4,3g / : / :</small>	Deftiger Erbseneintopf mit einem Geflügel Wiener und Kartoffel- und Gemüsegewürfel sowie eine Scheibe Graubrot <small>Erbseneintopf¹ Geflügel Wiener^{2, 3, 8} Graubrot^{A, A1, A2}</small> <small>Kilojoule: 957,5kJ / Kilokalorien: 226,4kcal / Fett: 1,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / Zucker: g / Salz: 1,4g / : / :</small>	
Vegetarisch 4,50	Germknödel mit Kirschfüllung und Vanillesauce Germknödel ^{A, A1, C, G} Vanillesauce ^G  <small>Kilojoule: 2342,8kJ / Kilokalorien: 554,8kcal / Fett: 5g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,5g / Zucker: 26,2g / Salz: 1,2g / : / :</small>		Vegetarische Frühlingsrolle mit Currysauce und Asianudeln Vegetarische Frühlingsrolle ^{A, A1, C, F} Currysauce fruchtig ^{4, 6, 1} Mie Nudeln ^{A, A1, K}  <small>Kilojoule: 2123,1kJ / Kilokalorien: 507,5kcal / Fett: 19,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 4,6g / Zucker: g / Salz: 1,2g / : / :</small>	Ricotta Spinaci Cannelloni mit Käse überbacken in Tomaten Basilikumsauce <small>Cannelloni^{A, A1, C, G, 1}</small>  <small>Kilojoule: 1055,6kJ / Kilokalorien: 252,7kcal / Fett: 17,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 9,3g / Zucker: 7g / Salz: 1,2g / : / :</small>	
Gemüse	Kohlrabi in Rahm^{1, A, A1, G, 1}  <small>Kilojoule: 376,1kJ / Kilokalorien: 89,9kcal / Fett: 5,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,2g / Zucker: 5g / Salz: 1,7g / : / :</small>		Sommergemüse^{1, 1}  <small>Kilojoule: 404,4kJ / Kilokalorien: 96,1kcal / Fett: 4,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,2g / Zucker: 6,3g / Salz: 0,8g / : / :</small>	Brokkoli^{1, 1}  <small>Kilojoule: 315,5kJ / Kilokalorien: 74,7kcal / Fett: 4,3g / davon gesättigte Fettsäuren: g / Zucker: g / Salz: 0,6g / : / :</small>	
oder wahlweise					
Salat	Gurkensalat^{3, 5, L}  <small>Kilojoule: 208,1kJ / Kilokalorien: 49,5kcal / Fett: 3,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,3g / Zucker: g / Salz: 0,3g / : / :</small>		Pusztasalat^{3, 5, L}  <small>Kilojoule: 186kJ / Kilokalorien: 44,4kcal / Fett: 4,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,4g / Zucker: 0,2g / Salz: 0,5g / : / :</small>	Farmersalat^{1, 3, 5, C, G, L}  <small>Kilojoule: 395,5kJ / Kilokalorien: 95,7kcal / Fett: 9,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 1g / Zucker: 1,1g / Salz: 0,5g / : / :</small>	
Salatbuffet zur Selbstbedienung					
Pizza & Pasta 4,50 €	Pasta Tomatensauce Bolognesesauce Spiralnudeln ^{A, A1} Tomaten Basilikumsauce ^{1, 1} Bolognese Sauce Rind ^{A, A1, 1} <small>Kilojoule: 3193,4kJ / Kilokalorien: 758,5kcal / Fett: 25,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,4g / Zucker: 7,4g / Salz: 5,8g / : / :</small>		Pasta Tomatensauce Bolognesesauce Spiralnudeln ^{A, A1} Tomaten Basilikumsauce ^{1, 1} Bolognese Sauce Rind ^{A, A1, 1} <small>Kilojoule: 3193,4kJ / Kilokalorien: 758,5kcal / Fett: 25,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,4g / Zucker: 7,4g / Salz: 5,8g / : / :</small>	Pizza Pizza Margarita/Pomodoro ^{A, A1, G} Pizza Salami ^{2, 3, A, A1, G} Pizza Prosciutto ^{2, 3, 3, 8, A, A1, G} <small>Kilojoule: 7461,5kJ / Kilokalorien: 1771,8kcal / Fett: 62,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 31g / Zucker: 15,7g / Salz: 13,5g / : / :</small>	
Dessert	Birnenquark^G <small>Kilojoule: 408kJ / Kilokalorien: 97kcal / Fett: 3,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,5g / Zucker: 8,7g / Salz: 0,1g / : / :</small>		Müsliriegel^{A, A1, A3, A4, G} <small>Kilojoule: 392,3kJ / Kilokalorien: 93,8kcal / Fett: 4,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,5g / Zucker: / Salz: 0g / : / :</small>	Beerenjoghurt^G <small>Kilojoule: 408kJ / Kilokalorien: 97kcal / Fett: 3,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,5g / Zucker: 8,7g / Salz: 0,1g / : / :</small>	
oder wahlweise					
Obst	Apfel <small>Kilojoule: 217kJ / Kilokalorien: 52kcal / Fett: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Zucker: g / Salz: 0g / : / :</small>		Birne <small>Kilojoule: 328,5kJ / Kilokalorien: 78kcal / Fett: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Zucker: g / Salz: 0g / : / :</small>	Apfel <small>Kilojoule: 217kJ / Kilokalorien: 52kcal / Fett: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Zucker: g / Salz: 0g / : / :</small>	
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

Legende

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.