

SPEISENANGEBOT
Mensa Gesamtschule Hennef West

KW 20	Montag, 12.05.25	Dienstag, 13.05.25	Mittwoch, 14.05.25	Donnerstag, 15.05.25	Freitag, 16.05.25
Tagesgericht	4 Stück Fischstäbchen aus Seelachs aus nachhaltigem Fischfang dazu Kräuterkartoffeln und Joghurt-Remouladensauce		3 Stück Cevapcici vom Geflügel mit Tzaziki dazu Balkanreis	Lasagne Bolognese mit Rindfleisch	
	Fischstäbchen Remouladensauce ^{1, 2, 9, A, A1, C, G, I} Salzkartoffeln		Cevapcici Geflügel Tzaziki ^{3, 5, G, L} Djuvecreis ¹	Lasagne A, A1, C, G, I	
Nährwerte	Kilokalorien: 535,6kcal / KH: 33g / BE: 2,88E / Fett: 1,5g / Zucker: 0g / Salz: 0,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,3g / Kilopjoule: 978,3kJ		Kilokalorien: 298,3kcal / KH: 7,4g / BE: 0,4BE / Fett: 3,5g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / Kilopjoule: 347,9kJ	Kilokalorien: 742kcal / KH: 18,2g / BE: 1,5BE / Fett: 35,5g / Zucker: g / Salz: 2,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 15,6g / Kilopjoule: 2192kJ	
Vegetarisch	Spiralnudeln mit Gemüsebolognese Möhren, Mais, Erbsen, Sellerie Spiralnudeln Gemüsebolognese ^{A, A1, I}		Vegetarische Frühlingsrolle mit Currysauce und Asianudeln Vegetarische Frühlingsrolle ^{A, B, D, F, G, I, J, K} Currysauce fruchtig Mie Nudeln ^K	Falafelbällchen mit Gemüse(Erbsen, Möhren, Bohnen, Mais) Vollkornreis und Minzjoghurt Dip Falafelbällchen ^A Minz Joghurt ^{3, 5, G, L} Gemüse Reis ¹	
	Kilokalorien: 555,4kcal / KH: 87,4g / BE: 7,1BE / Fett: 7,9g / Zucker: g / Salz: 0,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,2g / Kilopjoule: 2249,7kJ		Kilokalorien: 608,5kcal / KH: 60,3g / BE: 5BE / Fett: 29,9g / Zucker: g / Salz: 1,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 11,5g / Kilopjoule: 2555,8kJ	Kilokalorien: 646,2kcal / KH: 3,4g / BE: 0BE / Fett: 0,2g / Zucker: 2,2g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilopjoule: 275,8kJ	
Gemüse	Kaisergemüse Karotten, Brokkoli, Blumenkohl		Sommergemüse Erbsen Möhren Bohnen und Blumenkohl	Spanisches Pfannengemüse	
	Kilokalorien: 36,3kcal / KH: 7,1g / BE: 0BE / Fett: 0,3g / Zucker: 4,5g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilopjoule: 160,9kJ		Kilokalorien: 71,0kcal / KH: 10,2g / BE: 0BE / Fett: 0,7g / Zucker: 7,1g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / Kilopjoule: 300,1kJ	Kilokalorien: 54,7kcal / KH: / BE: / Fett: 0g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: / Kilopjoule:	
oder wahlweise					
Salat	Bohnensalat in Sauerrahmsauce		Kohlrabi Möhrenrohkost	Chinakohlsalat mit Joghurdressing	
	Kilokalorien: 38,2kcal / KH: 2,3g / BE: 0,2BE / Fett: 0g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilopjoule: 79,5kJ		Kilokalorien: 23,8kcal / KH: 3g / BE: 0,2BE / Fett: 0,1g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilopjoule: 102kJ	Kilokalorien: 77,4kcal / KH: 5,7g / BE: 0,4BE / Fett: 5,6g / Zucker: 3,4g / Salz: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,1g / Kilopjoule: 320,9kJ	
Pizza & Pasta	Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce ^{1, I} Bolognese Sauce Rind ^I		Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce ^{1, I} Bolognese Sauce Rind ^I	Pizza Pomodoro & Salami & Schinken Pizza Margarita/Pomodoro ^G Pizza Salami ^{2, 3, G, I, I} Pizza Prosciutto ^{2, 3, 8, G}	
	Kilokalorien: 73,8kcal / KH: 6,6g / BE: 0,3BE / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilopjoule: 312,5kJ		Kilokalorien: 109,8kcal / KH: 11g / BE: 0,9BE / Fett: 0g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilopjoule: 392,3kJ	Kilokalorien: 42,5kcal / KH: 3,8g / BE: 0,3BE / Fett: 0,1g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilopjoule: 143,1kJ	
oder wahlweise					
Obst	Apfel		Birne	Apfel	
	Kilokalorien: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 1BE / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilopjoule: 217kJ		Kilokalorien: 78kcal / KH: 18,6g / BE: 1,5BE / Fett: 0,5g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilopjoule: 328,5kJ	Kilokalorien: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 1BE / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilopjoule: 217kJ	



Betriebsstätte: Betriebsstätte:
Mensa Europaschule
Am Bergeracker 31
53842 Troisdorf
Ansprechpartner: Hr Fuchs
Telefon: 02241 / 1277980
Mail: mensa.europaschule@dk-kochwerk.de

Legende

Hinweis

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
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.