

Mensa Friedensau

Speiseplan vom 11.09.2017 bis 17.09.2017, 37. Kalenderwoche

- Montag**
11.09.2017 **Tagessuppe - 0,65 €**
- 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g
Spätzle mit Kürbissauce - 3,6 €
a, c, g, o - 608,2 kcal, 2563,2 kJ, BE 2,9 BE, Eiweis 26,2 g, Fett 24,7 g, Kohlenhydrate 68,9 g
113.115
- Dienstag**
12.09.2017 **Tagessuppe - 0,65 €**
- 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g
Seelachsfilet in Sesamkruste mit Spinat und Basmatireis - 4,1 €
- 353 kcal, 1482 kJ, BE 2,3 BE, Eiweis 31,4 g, Fett 7,7 g, Kohlenhydrate 28,2 g
- Mittwoch**
13.09.2017 **Tagessuppe - 0,65 €**
- 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g
Grünkernbolognaise mit Fusilli und Reibekäse - 3,7 €
42 - 419,4 kcal, 1755,9 kJ, BE 4,3 BE, Eiweis 38,2 g, Fett 6,3 g, Kohlenhydrate 51,2 g
113
- Donnerstag**
14.09.2017 **Tagessuppe - 0,65 €**
- 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g
Weizen Gyros mit Reis und Tzatziki - 3,75 €
4, g, j - 655,3 kcal, 2740,4 kJ, BE 6,7 BE, Eiweis 35,3 g, Fett 21,1 g, Kohlenhydrate 79,6 g
113
- Freitag**
15.09.2017 **Tagessuppe - 0,65 €**
- 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g
Kartoffelpuffer Süss oder Herzhaft - 3,6 €
3, a - 571,8 kcal, 2403,6 kJ, BE 7,7 BE, Eiweis 11,6 g, Fett 15,3 g, Kohlenhydrate 95 g
113.115
- Sabbat**
16.09.2017 **Rotes Linsen Curry mit Reis - 3,75 €**
- 547,2 kcal, 2295,9 kJ, BE BE, Eiweis 20,3 g, Fett 16,4 g, Kohlenhydrate 75,8 g
120
- Sonntag**
17.09.2017 **Tagessuppe - 0,65 €**
- 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g
Gnocchi mit Pilzsauce - 3,7 €
a, g - 843,6 kcal, 3514,9 kJ, BE 7 BE, Eiweis 16,5 g, Fett 46,9 g, Kohlenhydrate 86,8 g
115

Änderungen vorbehalten
Täglich Salatbuffet und Dessert

101 - mit Farbstoff, 102 - mit Konservierungsst, 103 - mit Antioxidationsmi, 104 - mit Geschmacksverstärker, 105 - mit Süßungsmittel, 106 - enth. eine Phenylala, 107 - mit Phosphat, 108 - gewachst, 109 - geschwärzt, 110 - geschwefelt, 113 - enth. Gluten, 115 - enth. Ei, 117 - enth. Erdnüsse, 118 - enth. Soja, 119 - enth. Milch., 120 - enth. Schalenfrüchte, 121 - enth. Sellerie, 122 - enth. Senf, 123 - enth. Sesam, 124 - enth. Schwefeldioxid, 125 - mit einer Zuckerart, 127 - unter Schutzatmosphä, 128 - mit Milcheiweiß, 131 - chininhaltig, 132 - auf der Grundlage von Tafelsüße, 135 - aus gentech. veränderten Lebensmitteln hergestellt, 137 - enth. Lupinen, 140 - mit Stärke oder Pflanzenstärke, 142 - Kann Aktivität und Aufmerksamkeit bei Kindern beeinträchtigen