

Mensa Friedensau

Speiseplan vom 18.09.2017 bis 24.09.2017, 38. Kalenderwoche

- Montag** Tagessuppe - 0,65 €
18.09.2017 - 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g
Kaiserschmarn mit Vanillesauce - 2,5 €
a, g, o - 393,3 kcal, 1638,8 kJ, BE 3,1 BE, Eiweis 11,1 g, Fett 21,7 g, Kohlenhydrate 37,2 g
113.115
- Dienstag** Tagessuppe - 0,65 €
19.09.2017 - 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g
Fischroulade gefüllt mit Gemüse mit Salsa Verde und Kartoffeln - 4,2 €
d, g - 800 kcal, 3000 kJ, BE , Eiweis 137 g, Fett 20 g, Kohlenhydrate 20 g
- Mittwoch** Tagessuppe - 0,65 €
20.09.2017 - 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g
Quorn Filets mit Wurzelgemüse, Meerrettichsauce und Kartoffelstampf - 4,5 €
3, a, d, g, l, o - 760,8 kcal, 3203,6 kJ, BE 7,3 BE, Eiweis 43,1 g, Fett 24,8 g, Kohlenhydrate 88,5 g
113
- Donnerstag** Tagessuppe - 0,65 €
21.09.2017 - 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g
Cous-Coustörtchen an Tomatensugo mit Mandelbrokkoli - 3,8 €
a, g, o - 426,3 kcal, 1804 kJ, BE 5,8 BE, Eiweis 16,8 g, Fett 8,5 g, Kohlenhydrate 67,7 g
- Freitag** Tagessuppe - 0,65 €
22.09.2017 - 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g
Gefüllte Waldpilzravioli mit Parmesansauce - 3,75 €
- 274 kcal, 1150 kJ, BE 2,1 BE, Eiweis 13,3 g, Fett 13,1 g, Kohlenhydrate 25,7 g
113.115
- Sabbat** Geschnetzeltes vom Veggie Filet in Ratatouillegemüse und Rosmarinkartoffeln - 3,9 €
23.09.2017 3, c - 1359,8 kcal, 5711,8 kJ, BE 3,5 BE, Eiweis 151,2 g, Fett 32,3 g, Kohlenhydrate 87,4 g
115
- Sonntag** Tagessuppe - 0,65 €
24.09.2017 - 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g
Schwäbische Butterknöpfe mit Kürbis-Chiasauce - 3,65 €
- 1530 kcal, 6460 kJ, BE , Eiweis 61 mg, Fett 26 mg, Kohlenhydrate 262 mg
113,115

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