

## **Mensa Friedensau**

Speiseplan vom 16.09.2019 bis 22.09.2019, 38. Kalenderwoche

### **Englisch**

- Monday**  
**16.09.2019**     **Soup of the Day - 0,65 €**  
- 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g  
**Lasagne with Grains - 3,8 €**  
g - 550,6 kcal, 2301,5 kJ, BE 4,1 BE, Eiweis 22,1 g, Fett 30,3 g, Kohlenhydrate 46,2 g  
113
- Tuesday**  
**17.09.2019**     **Soup of the Day - 0,65 €**  
- 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g  
**Baked Fish with Fried Potatoes and Sauce Tartar - 4 €**  
a, c, d, j, o - 1,5 kcal, 6,3 kJ, BE , Eiweis 112 mg, Fett 65 mg, Kohlenhydrate 115 mg  
113
- Wednesday**  
**18.09.2019**     **Soup of the Day - 0,65 €**  
- 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g  
**Pumkinslices with Potatoes and Dip - 3,9 €**  
- 349,3 kcal, 1460,5 kJ, BE 2,5 BE, Eiweis 18,8 g, Fett 16,8 g, Kohlenhydrate 30,1 g
- Thursday**  
**19.09.2019**     **Soup of the Day - 0,65 €**  
- 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g  
**Spaghetti with Tomatosauce and Cheese - 3,75 €**  
- 2473,9 kcal, 10368,5 kJ, BE 15,2 BE, Eiweis 259 g, Fett 77,6 g, Kohlenhydrate 181,8 g  
113
- Friday**  
**20.09.2019**     **Soup of the Day - 0,65 €**  
- 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g  
**Falafelballs with Cous-Cous, Sauce and Salad - 3,7 €**  
a, i, o - 608 kcal, 2549,1 kJ, BE 6,8 BE, Eiweis 15,5 g, Fett 18,4 g, Kohlenhydrate 94,6 g  
113.12
- Sabbat**  
**21.09.2019**     **Brownnpasta with Pumkinsauce - 3,6 €**  
a, c, g, o - 607,7 kcal, 2561 kJ, BE 2,8 BE, Eiweis 26,2 g, Fett 24,6 g, Kohlenhydrate 68,8 g  
113
- Sunday**  
**22.09.2019**     **Soup of the Day - 0,65 €**  
- 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g  
**Broccoli-Nutpatty with Sauce, Rice and Vegetables - 3,8 €**  
a, g, o - 870,8 kcal, 3664,3 kJ, BE 8,4 BE, Eiweis 62,5 g, Fett 21,6 g, Kohlenhydrate 102,9 g  
113,12

**Changes may be Possible**

**Daily Saladbuffet and Desserts**

**\* Food can be Bought alone Prices by the Staff available**

113 - with Flour, 115 - with Egg, 117 - with Peanuts, 118 - Soja, 119 - with Milk, 120 - with Dried Beans, 121 - with Cellerie, 122 - with Mustard, 123 - with Sesame,