

## **Mensa Friedensau**

Speiseplan vom 31.12.2018 bis 06.01.2019, 1. Kalenderwoche

<b>Montag</b>	- 0 €
31.12.2018	- , , BE , Eiweis , Fett , Kohlenhydrate
	- 0 €
	- , , BE , Eiweis , Fett , Kohlenhydrate
<b>Dienstag</b>	- 0 €
01.01.2019	- , , BE , Eiweis , Fett , Kohlenhydrate
	- 0 €
	- , , BE , Eiweis , Fett , Kohlenhydrate
<b>Mittwoch</b>	<b>Tagessuppe - 0,65 €</b>
02.01.2019	- 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g
	<b>Vollkornnudeln mit Pilzsauce - 3,6 €</b>
	a, o - 745,5 kcal, 3090,4 kJ, BE BE, Eiweis 20,2 g, Fett 27,1 g, Kohlenhydrate 103 g
	113
<b>Donnerstag</b>	<b>Tagessuppe - 0,65 €</b>
03.01.2019	- 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g
	<b>Pizza - 3,5 €</b>
	a - 588,1 kcal, 2460,8 kJ, BE 4,4 BE, Eiweis 33,4 g, Fett 26,2 g, Kohlenhydrate 53,3 g
	113
<b>Freitag</b>	<b>Tagessuppe - 0,65 €</b>
04.01.2019	- 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g
	<b>Würstchen mit Bayrischen Kartoffelsalat - 3,45 €</b>
	g - 430,7 kcal, 1819,5 kJ, BE 4,6 BE, Eiweis 25,6 g, Fett 10,9 g, Kohlenhydrate 56,4 g
	113
<b>Sabbat</b>	<b>Gebackene Süsskartoffel mit Papriak-Mais Dip - 3,75 €</b>
05.01.2019	- 318,1 kcal, 1315,2 kJ, BE BE, Eiweis 9,5 g, Fett 21,8 g, Kohlenhydrate 20,4 g
<b>Sonntag</b>	<b>Tagessuppe - 0,65 €</b>
06.01.2019	- 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g
	<b>Hirse-Käsetaler auf Buntgemüse mit Petersilienkartoffeln - 3,6 €</b>
	- 417,2 kcal, 1745,2 kJ, BE 3,4 BE, Eiweis 17,6 g, Fett 20,5 g, Kohlenhydrate 38,8 g
	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