

Mensa Friedensau

Speiseplan vom 07.01.2019 bis 13.01.2019, 2. Kalenderwoche

- Montag** 07.01.2019 **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 Tomatensauce und Käse - 3,5 €
a, g - 843,6 kcal, 3514,9 kJ, BE 7 BE, Eiweis 16,5 g, Fett 46,9 g, Kohlenhydrate 86,8 g
113.115
- Dienstag** 08.01.2019 **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
Seelachs mit Dillsauce, Kartoffeln und gedämpftes Gemüse - 4 €
a, g, o - 495 kcal, 2074 kJ, BE 2,3 BE, Eiweis 38,4 g, Fett 25 g, Kohlenhydrate 28,1 g
- Mittwoch** 09.01.2019 **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
Ravioli with Rosenkohl-Knoblauchsauce - 3,75 €
- 274 kcal, 1150 kJ, BE 2,1 BE, Eiweis 13,3 g, Fett 13,1 g, Kohlenhydrate 25,7 g
113
- Donnerstag** 10.01.2019 **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 Linsenbolognese - 3,55 €
2, 3, a, c - 996,4 kcal, 4199,8 kJ, BE 2,6 BE, Eiweis 70,1 g, Fett 31,2 g, Kohlenhydrate 105,9 g
113.115.120
- Freitag** 11.01.2019 **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
Bulgur Orientalisch mit Raz el Hanout Möhren und Reis - 3,8 €
- , , BE , Eiweis , Fett , Kohlenhydrate
113
- Sabbat** 12.01.2019 **Backcamembert mit Rotkohl,Herzoginkartoffeln und Preiselbeerdipl - 3,9 €**
1, 4, 5, 9, a, f, g, l, 37, o - 775,6 kcal, 3259,7 kJ, BE 6,8 BE, Eiweis 35,4 g, Fett 31,7 g, Kohlenhydrate 68 g
113.115.118
- Sonntag** 13.01.2019 **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
Backfrische Ofenkartoffel mit Kräuterquark - 3,55 €
g - 167,5 kcal, 710,7 kJ, BE 2,1 BE, Eiweis 8,5 g, Fett 3,4 g, Kohlenhydrate 24,9 g

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