

Mensa Friedensau

Speiseplan vom 10.06.2019 bis 16.06.2019, 24. Kalenderwoche

- Montag** Tagessuppe - 0,65 €
10.06.2019 - 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g
Quorn Geschnetzeltes mit Pilzen und Tagliatelle - 3,9 €
3, c - 1359,9 kcal, 5712,5 kJ, BE 3,5 BE, Eiweis 151,2 g, Fett 32,3 g, Kohlenhydrate 87,5 g
115
- Dienstag** Tagessuppe - 0,65 €
11.06.2019 - 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g
2 Seelachs Knusper mit Wurzelgemüse und Kartoffeln mit Meerrettichsauce - 4,1 €
a, g, o - 495 kcal, 2074 kJ, BE 2,3 BE, Eiweis 38,4 g, Fett 25 g, Kohlenhydrate 28,1 g
113
- Mittwoch** Tagessuppe - 0,65 €
12.06.2019 - 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 - 3,8 €
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
- Donnerstag** Tagessuppe - 0,65 €
13.06.2019 - 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g
Falafelbällchen mit Cous-Cous, Minzdip und Salat - 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
- Freitag** Tagessuppe - 0,65 €
14.06.2019 - 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g
Omas Gefüllte Germknödel mit Vanillesauce - 3,25 €
g - 619,8 kcal, 2596,7 kJ, BE 6 BE, Eiweis 13,8 g, Fett 30,8 g, Kohlenhydrate 71,8 g
113
- Sabbat** Brokkoli-Nussecke mit Möhrensauce,Salzkartoffeln und Leipziger Allerlei - 3,8 €
15.06.2019 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
- Sonntag** Tagessuppe - 0,65 €
16.06.2019 - 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g
Würstchenragout mit Nudeln - 3,45 €
g - 430,7 kcal, 1819,5 kJ, BE 4,6 BE, Eiweis 25,6 g, Fett 10,9 g, Kohlenhydrate 56,4 g
113

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