

## **Mensa Friedensau**

Speiseplan vom 11.03.2019 bis 17.03.2019, 11. Kalenderwoche

- Montag** Tagessuppe - 0,65 €  
11.03.2019 - 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g  
Polenta-Käse-Schnitten mit Ratatouillegemüse - 3,65 €  
g - 339,7 kcal, 1425 kJ, BE 3,5 BE, Eiweis 11,7 g, Fett 13,5 g, Kohlenhydrate 41,7 g  
113
- Dienstag** Tagessuppe - 0,65 €  
12.03.2019 - 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g  
Zitronen-Pfeffer Seelachs mit Kartoffeln und Kohlrabigemüse - 4 €  
- 179,6 kcal, 751,4 kJ, BE 0,6 BE, Eiweis 23,5 g, Fett 5,8 g, Kohlenhydrate 7,6 g
- Mittwoch** Tagessuppe - 0,65 €  
13.03.2019 - 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g  
Tortellini in Toskanasauce mit Reibekäse - 3,75 €  
a, g, o - 683 kcal, 2855,8 kJ, BE 5,5 BE, Eiweis 31 g, Fett 32,6 g, Kohlenhydrate 65,6 g  
113
- Donnerstag** Tagessuppe - 0,65 €  
14.03.2019 - 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g  
Chili sin Carne mit Reis - 3,65 €  
a, o - 888,2 kcal, 3720,7 kJ, BE BE, Eiweis 26,9 g, Fett 29 g, Kohlenhydrate 128,3 g  
120
- Freitag** Tagessuppe - 0,65 €  
15.03.2019 - 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g  
Schichtkohl mit Kartoffeln - 3,5 €  
a, 42 - 91,5 kcal, 382,7 kJ, BE 1 BE, Eiweis 3,2 g, Fett 3,2 g, Kohlenhydrate 12,1 g  
113
- Sabbat** Fusilli mit Fetasauce "Rhodos" - 3,65 €  
16.03.2019 - 61,5 kcal, 257,7 kJ, BE 0,7 BE, Eiweis 2,6 g, Fett 2,2 g, Kohlenhydrate 7,8 g  
113
- Sonntag** Tagessuppe - 0,65 €  
17.03.2019 - 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g  
Offerner Gemüseburger mit Bohnen und Pommes Frites - 3,9 €  
a, c, o - 4840 kcal, 20440 kJ, BE , Eiweis 164 g, Fett 66 g, Kohlenhydrate 880 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