

## **Mensa Friedensau**

Speiseplan vom 18.02.2019 bis 24.02.2019, 8. Kalenderwoche

- Montag**  
18.02.2019 **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  
**Moussakaauflauf - 3,8 €**  
f, 34, 42 - 496 kcal, 2079,7 kJ, BE 3,4 BE, Eiweis 24,4 g, Fett 19,8 g, Kohlenhydrate 36,1 g
- Dienstag**  
19.02.2019 **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  
**Fischragout Dubrovnik mit Reis - 4 €**  
j, l, 37 - 420,9 kcal, 1760,5 kJ, BE 1,3 BE, Eiweis 31,6 g, Fett 22,5 g, Kohlenhydrate 15,5 g
- Mittwoch**  
20.02.2019 **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  
**2 Spiegeleier auf Rahmspinat mit Kartoffeln - 3,75 €**  
- 486 kcal, 2042,1 kJ, BE 2,7 BE, Eiweis 28,4 g, Fett 25,6 g, Kohlenhydrate 32,6 g  
115
- Donnerstag**  
21.02.2019 **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  
119
- Freitag**  
22.02.2019 **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  
**Gemüsenudeln mit Arrabiatasauce - 3,5 €**  
42 - 414,4 kcal, 1737 kJ, BE 5,5 BE, Eiweis 16 g, Fett 8,8 g, Kohlenhydrate 66,7 g  
113
- Sabbat**  
23.02.2019 **Pichelsteiner Eintopf - 2,5 €**  
42 - 86,8 kcal, 363,2 kJ, BE 1,1 BE, Eiweis 3 g, Fett 2,2 g, Kohlenhydrate 13,2 g
- Sonntag**  
24.02.2019 **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  
**Kohlrabischnitzel mit Rahmsuce ,Möhren und Kartoffeln - 3,65 €**  
a - 144,3 kcal, 599,2 kJ, BE 1,4 BE, Eiweis 8,1 g, Fett 4,8 g, Kohlenhydrate 16,3 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