|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| KW 29 | Mensa  vom 18.07. - 22.07.2022 | kleine  Kennzeichnung  Allergen-kennzeichnung | Durchschnitt pro 100gr.  ca.  kcal Fett  KH Eiweiß |
| Montag | Spaghetti  Vollkornnudeln  Tomatensoße  geriebener Käse  Eis | **Bio 13,15**  **Bio 13,15**  **Bio**  **Bio 19**  1,19 | 349/32/1,0/14,2  341/1,0/68/12  65/4,3/5,2/1,2  371/29/2,3/24  47/0,2/8,29/0,6 |
| Dienstag | Puten-Kebab  Pommes Frites  Tzatziki  Veg. Gyros  Apfel | 9  **Bio 5**  **Bio Quark**  **Bio Joghurt**  **Soja**  **Bio** | 196/10,0/4,5/22  84/0,16/18,8/2,10  157/0,10/4,85/3,38  94/2/21/18  148/8,1/1,9/16,8  54/0,58/11,4/0,34 |
| Mittwoch | Käsespätzle  Rahmsoße  Zwiebeln extra  Pudding mit Vanille-Geschmack  Soße mit Schoko-Geschmack | **Bio 13,15,19**  **Vegan,13,15,19,21,22**  13  **Bio 1,19**  **Bio 1,19** | 372/3,7/68,0/15,0  65/4,3/5,2/1,2  580/44/40/6  116/3,5/18/3,2  116/3,5/18/3,2 |
| Donnerstag | Gebackener Seelachs  Kräutersoße  Reis  Broccoli  Gefüllte Zucchini  Banane | 13,15,19  13,15,19,21 **Bio Milch**  Kräuter / Küchengarten  **Bio**  **Bio**  13,15,19,21  **Bio** | 199/9,6/15,1/12  84/0,16/18,8/2,10  28/0,2/2,7/3,8  47/2,7/4,6/0,9  88/0,18/20,0/1,15 |
| Freitag | überbackener Blumenkohl  Putenschinken  Kartoffeln  Fruchtjoghurt Becher | **Bio**  9  5  **Bio** 1,19 | 22/0,3/2,3/2,5  115/3,0/1,0/21  70/0,11/14,8/2,04  105/2,8/16,9/2,7 |

***Montag bis Donnerstag Salatbuffet in der Mensa. Änderungen vorbehalten.MW-Daten:MAC-15 Daten:Bilder_Logos:02_BVP_Logo:BVP_LOGO_2016:Logo_BVP_CMYK.eps***