

KW 04	Mensa vom 23.01. - 27.01.2023	kleine Kennzeichnung Allergen- kennzeichnung	Durchschnitt pro 100gr. kcal Fett KH Eiweiß
Montag	Geschnetzelte Hühnerbrust Paprikasoße Kräutersoße Rösti Maisgrießschnitte Mandarine	4,9 Vegan 13,15,19,21,22 Vegan 13,15,19,21,22 Bio 5,19,21 Dinkel,13,19	148/7,571,0/19 65/4,3/5,2/1,27 65/4,3/5,2/1,27 179/9,3/21,8/2,0 208/6,8/32/4,6 46/0,3/10,1/0,7
Dienstag	Käsespätzle Rahmsoße Zwiebeln extra Berliner	13,15,19 Vegan 13,15,19,21,22 13 13,15,19	372/3,7/68,0/15,0 65/4,3/5,271,2 580/44/40/6 428/3,9/96,2/2,1
Mittwoch	Rührei Rahmspinat Kartoffeln Pudding mit Vanille-Geschmack Kirschen	pasteurisiert Bio 13,19 5 Bio 1,19 8	142/9,9/0,8/12,6 16/0,3/0,61/2,65 70/0,11/14,8/2,04 116/3,5/18/3,2 73/0,3/16,5/0,5
Donnerstag	Fisch-Nuggets Kräutersoße Broccoli Reis Falafel Bällchen Kiwi	13,15,19 13,15,19,21 Bio Bio 13,15,21,23	201/6,6/18/17 65/4,3/5,2/1,27 28/0,2/2,7/3,8 84/0,16/18,8/2,10 183/5,6/27/6,2 51/0,63/9,12/1,0
Freitag	Spiralnudeln Tomatensoße geriebener Käse Salat / Rohkost Apfelkompott	Bio 13,15,19 Bio 21 Kräuter/Küchengarten 19 Bio 8	349/32/1,0/14,2 65/4,3/5,2/1,2 371/29/2,324 79/0,10/19,2/0,22

Montag bis Donnerstag Salatbuffet in der Mensa. Änderungen vorbehalten.