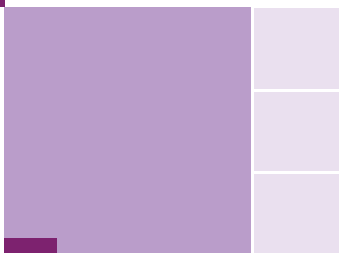


Mc Barlach Speiseplan Mensa 08.10. - 12.10.



Menü 1

Montag



Dienstag



Panierte Fischstäbchen (aus nachhaltiger Fischwirtschaft)
Kartoffelpüree
Rahmspinat

2212kJ / 529kcal, Natrium 1,7g, Fett 26,1g, gesättigte Fettsäuren 5,1g, Kohlenhydrate 49,8g, Zucker 4,5g, Ballaststoffe 6,3g, Eiweiß 19,8g, Salz 4,14g



Mittwoch

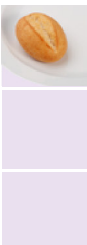


Reispfanne mit Hähnchengyros

2769kJ / 659kcal, Natrium 1,8g, Fett 22,4g, gesättigte Fettsäuren 3,3g, Kohlenhydrate 82,2g, Zucker 4,0g, Ballaststoffe 5,0g, Eiweiß 29,2g, Salz 4,64g



Donnerstag



Herzhafte Kartoffelsuppe "Holsteiner Art" mit Mettwurstscheiben 3, 20 Brötchen

1714kJ / 409kcal, Natrium 1,9g, Fett 18,7g, gesättigte Fettsäuren 8,1g, Kohlenhydrate 43,0g, Zucker 3,3g, Ballaststoffe 7,2g, Eiweiß 13,1g, Salz 4,76g



Menü 2

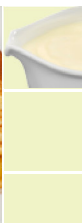
Montag



Dienstag



Mittwoch

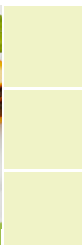


Apfelpfannkuchen
Vanillesoße

2761kJ / 656kcal, Fett 19,3g, gesättigte Fettsäuren 7,2g, Kohlenhydrate 96,5g, Zucker 46,3g, Ballaststoffe 7,9g, Eiweiß 20,1g, Salz 1,23g



Donnerstag



Gemüse-Lasagne "Italia"

1459kJ / 348kcal, Natrium 1,2g, Fett 13,4g, gesättigte Fettsäuren 4,4g, Kohlenhydrate 43,0g, Zucker 10,2g, Ballaststoffe 4,6g, Eiweiß 10,8g, Salz 3,00g



Änderungen vorbehalten. Allergeninformationen liegen zur Einsicht in der Küche vor. Artikel mit Sternchen (*) enthalten keine Angaben.

Menü 1

Menü 2

Mo

08.10.2018

Di

09.10.2018

Mi

10.10.2018

Do

11.10.2018

Panierte Fischstäbchen (aus nachhaltiger Fischwirtschaft)
Enthält: Gluten, Weizen, Fisch
 Kartoffelpüree
Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose
 Rahmspinat
Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose

Reispfanne mit Hähnchengyros

Herzhafte Kartoffelsuppe "Holsteiner Art" mit
 Mettwurstscheiben
Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sellerie
 Brötchen
Enthält: Gluten, Weizen

Mo

08.10.2018

Di

09.10.2018

Mi

10.10.2018

Do

11.10.2018

Apfelpfannkuchen
Enthält: Gluten, Weizen, Eier, Milch, Milcheiweiß, Laktose
 Vanillesoße
Enthält: Gluten, Weizen, Milch, Milcheiweiß, Laktose

Gemüse-Lasagne "Italia"
Enthält: Gluten, Weizen, Eier, Milch, Milcheiweiß, Laktose

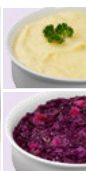
Änderungen vorbehalten. Allergeninformationen liegen zur Einsicht in der Küche vor. Artikel mit Sternchen () enthalten keine Angaben.*

Mc Barlach Speiseplan Mensa 29.10. - 04.11.



Menü 1

Montag



Rinderfrikadellen in Bratensoße

Kartoffelpüree
Rotkohl

2418kj / 579kcal, Natrium 2,2g, Fett 31,7g,
gesättigte Fettsäuren 12,3g, Kohlenhydrate 52,2g, Zucker
14,1g, Ballaststoffe 5,9g, Eiweiß 18,1g, Salz 5,49g



Dienstag



Pfannkuchen mit "Veggie-
Bolognese"
Linsenkugeln aus Kartoffeln
und braunen Linsen

1666kj / 396kcal, Natrium 1,0g, Fett 13,6g,
gesättigte Fettsäuren 2,6g, Kohlenhydrate 49,8g, Zucker
5,2g, Ballaststoffe 4,4g, Eiweiß 16,4g, Salz 2,59g



Mittwoch



Zwiebel-Sahne-Hähnchen
überbacken mit Emmentaler-
Käse
Langkornreis

2048kj / 486kcal, Natrium 1,6g, Fett 13,1g,
gesättigte Fettsäuren 6,6g, Kohlenhydrate 63,5g, Zucker
4,3g, Ballaststoffe 1,6g, Eiweiß 27,4g, Salz 4,08g



Donnerstag

Menü 2

Montag



Schwäbische Käsespätzle

2216kj / 529kcal, Natrium 1,5g, Fett 23,6g,
gesättigte Fettsäuren 12,6g, Kohlenhydrate 55,8g, Zucker
3,8g, Ballaststoffe 3,2g, Eiweiß 21,3g, Salz 3,83g



Dienstag

Mittwoch



Rotes Gemüsecurry
Langkornreis

2084kj / 496kcal, Natrium 1,2g, Fett 18,3g,
gesättigte Fettsäuren 10,4g, Kohlenhydrate 72,3g, Zucker
7,3g, Ballaststoffe 3,2g, Eiweiß 8,9g, Salz 3,10g



Donnerstag

Änderungen vorbehalten. Allergeninformationen liegen zur Einsicht in der Küche vor. Artikel mit Sternchen (*) enthalten keine Angaben.

Menü 1







Mo 29.10.2018	Rinderfrikadellen in Bratensoße Enthält: Gluten, Weizen, Eier Kartoffelpüree Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose Rotkohl Enthält: Soja
Di 30.10.2018	Pfannkuchen mit "Veggie-Bolognese" Enthält: Gluten, Weizen, Gerste, Eier, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sellerie Linsenbällchen aus Kartoffeln und braunen Linsen Enthält: Gluten, Hafer, Eier
Mi 31.10.2018	Zwiebel-Sahne-Hähnchen überbacken mit Emmentaler-Käse Enthält: Gluten, Weizen, Milch, Milcheiweiß, Laktose Langkornreis
Do 01.11.2018	

Menü 2

Mo 29.10.2018	Schwäbische Käsespätzle Enthält: Gluten, Weizen, Eier, Milch, Milcheiweiß, Laktose
Di 30.10.2018	
Mi 31.10.2018	Rotes Gemüsecurry Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose Langkornreis
Do 01.11.2018	

Änderungen vorbehalten. Allergeninformationen liegen zur Einsicht in der Küche vor. Artikel mit Sternchen (*) enthalten keine Angaben.

Legende

-  Alkohol
 -  Fisch
 -  Geflügelfleisch
 -  Rindfleisch
 -  Schweinefleisch
 -  vegetarisch
-
- 01 Farbstoff
 - 02 Konservierungsmittel
 - 03 Antioxidationsmittel
 - 04 Geschmacksverstärker
 - 05 geschwefelt
 - 06 geschwärzt
 - 07 gewachst
 - 08 Phosphat
 - 09 Süßungsmittel
 - 10 Zuckerart und Süßungsmittel
 - 11 enth. eine Phenylalaninquelle
 - 12 kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken
 - 13 Milcheiweiß (im Fleischerzeugnis)
 - 14 Eiklar (im Fleischerzeugnis)
 - 15 unter Verwendung von Milch (im Fleischerzeugnis)
 - 16 unter Verwendung von Sahne (im Fleischerzeugnis)
 - 17 Pflanzeneiweiß (im Fleischerzeugnis)
 - 18 Stärke (im Fleischerzeugnis)
 - 19 koffeinhaltig
 - 20 Nitritpökelsalz
 - () Kann Spuren enthalten von...