

Mensa BluSchu 14.05. - 18.05.



Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Menü 1



Hähnchen-Krusty (aus Hähnchenbrust-Formfleisch)
Pommes frites
Bunter Salat *

2900kJ / 692kcal, Fett 29,3g, gesättigte Fettsäuren 3,1g,
Kohlenhydrate 73,3g, Zucker 9,9g, Ballaststoffe 10,5g,
Eiweiß 28,0g, Salz 2,69g, Broteinheiten 6,2

G, G1, G3



Alaska-Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) in Backteig "Nordische Art"
Salzkartoffeln
Rahmspinat
Dessert

1703kJ / 406kcal, Fett 16,7g, gesättigte Fettsäuren 3,3g,
Kohlenhydrate 42,6g, Zucker 5,0g, Ballaststoffe 7,2g,
Eiweiß 16,0g, Salz 4,10g, Broteinheiten 3,6

G, G1, Fi, M, Me, La



Tomatencremesuppe
Pfannkuchen "Natur"
Apfelmus

1747kJ / 415kcal, Fett 14,2g, gesättigte Fettsäuren 5,4g,
Kohlenhydrate 52,1g, Zucker 7,8g, Ballaststoffe 3,6g,
Eiweiß 17,9g, Salz 2,90g, Broteinheiten 4,3

G, G1, M, Me, La, S, Ei



Geflügelfrikadelle
Braune Rahmsoße
Hörnchen-Nudeln
Blumenkohl "naturell"
Dessert

2835kJ / 676kcal, Fett 28,3g, gesättigte Fettsäuren 6,9g,
Kohlenhydrate 71,8g, Zucker 3,5g, Ballaststoffe 7,5g,
Eiweiß 29,6g, Salz 6,14g, Broteinheiten 6,0

G, G1, Ei, M, Me, La, S



Milde Käsespätzle
Bunter Salat *
Dessert

2496kJ / 597kcal, Fett 30,7g, gesättigte Fettsäuren 13,5g,
Kohlenhydrate 56,7g, Zucker 13,1g, Ballaststoffe 5,8g,
Eiweiß 19,7g, Salz 5,42g, Broteinheiten 4,8

G, G1, Ei, M, Me, La

Menü 2



Gemüseuggets paniert
Pommes frites
Tomatensoße "Italia"
Bunter Salat *

3364kJ / 804kcal, Fett 35,5g, gesättigte Fettsäuren 4,0g,
Kohlenhydrate 99,3g, Zucker 18,0g, Ballaststoffe 14,8g,
Eiweiß 13,8g, Salz 3,70g, Broteinheiten 8,4

G, G1, Ei, M, Me, La, S, Se



Rührei
Salzkartoffeln
Rahmspinat
Dessert

2243kJ / 537kcal, Fett 27,8g, gesättigte Fettsäuren 6,1g,
Kohlenhydrate 45,1g, Zucker 9,4g, Ballaststoffe 6,5g,
Eiweiß 21,8g, Salz 4,95g, Broteinheiten 3,8

Ei, M, Me, La



Herzhafter Pfannkuchen "Spinat-Käse"
Bunter Salat *

1457kJ / 348kcal, Fett 17,6g, gesättigte Fettsäuren 7,8g,
Kohlenhydrate 30,8g, Zucker 5,5g, Ballaststoffe 3,0g,
Eiweiß 14,9g, Salz 2,46g, Broteinheiten 2,6

G, G1, Ei, M, Me, La



Tomatencremesuppe
Milchreis
Rote Fruchtgrütze

2489kJ / 588kcal, Fett 8,1g, gesättigte Fettsäuren 3,5g,
Kohlenhydrate 111,9g, Zucker 55,1g, Ballaststoffe 3,9g,
Eiweiß 14,2g, Salz 2,40g, Broteinheiten 9,3

G, G1, M, Me, La, S

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

Menü 1

Mo

14.05.2018

Hähnchen-Krusty (aus Hähnchenbrust-Formfleisch)
Enthält: Gluten, Weizen, Gerste
 Pommes frites

Bunter Salat *

Di

15.05.2018

Alaska-Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) in Backteig "Nordische Art"
Enthält: Gluten, Weizen, Fisch
 Salzkartoffeln

Rahmspinat
Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose
 Dessert

Mi

16.05.2018

Tomatencremesuppe
Enthält: Gluten, Weizen, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sellerie
 Pfannkuchen "Natur"
Enthält: Gluten, Weizen, Eier, Milch, Milcheiweiß, Laktose
 Apfelmus

Do

17.05.2018

Geflügelfrikadelle
Enthält: Gluten, Weizen
 Braune Rahmsoße
Enthält: Gluten, Weizen, Eier, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sellerie
 Hörnchen-Nudeln
Enthält: Gluten, Weizen
 Blumenkohl "naturell"

Dessert

Fr

18.05.2018

Milde Käsespätzle
Enthält: Gluten, Weizen, Eier, Milch, Milcheiweiß, Laktose
 Bunter Salat *

Dessert

Menü 2

Mo

14.05.2018

Gemüsenuggets paniert
Enthält: Gluten, Weizen, Eier, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sellerie, Sesam
 Pommes frites

Tomatensoße "Italia"
Enthält: Sellerie
 Bunter Salat *

Di

15.05.2018

Rührei
Enthält: Eier, Milch, Milcheiweiß, Laktose
 Salzkartoffeln

Rahmspinat
Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose
 Dessert

Mi

16.05.2018

Herzhafter Pfannkuchen "Spinat-Käse"
Enthält: Gluten, Weizen, Eier, Milch, Milcheiweiß, Laktose
 Bunter Salat *

Do







17.05.2018

Tomatencremesuppe
Enthält: Gluten, Weizen, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sellerie
 Milchreis
Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose
 Rote Fruchtgrütze

Fr

18.05.2018

Legende

	Alkohol	E	Erdnüsse
	Fisch	Ei	Eier
	Geflügelfleisch	Fi	Fisch
	Rindfleisch	G	Gluten
	Schweinefleisch	G1	Weizen
	vegetarisch	G2	Roggen
		G3	Gerste
		G4	Hafer
		G5	Dinkel
		G6	Kamut
01	Farbstoff	K	Krebstiere
02	Konservierungsmittel	La	Laktose
03	Antioxidationsmittel	Lp	Lupinen
04	Geschmacksverstärker	M	Milch
05	geschwefelt	Me	Milcheiweiß
06	geschwärzt	S	Sellerie
07	gewachst	Sb	Soja
08	Phosphat	Sd	Schwefeldioxid
09	Süßungsmittel	Se	Sesam
10	Zuckerart und Süßungsmittel	Sf	Schalenfrüchte
11	enth. eine Phenylalaninquelle	Sf1	Mandeln
12	kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken	Sf2	Haselnüsse
13	Milcheiweiß (im Fleischerzeugnis)	Sf3	Walnüsse
14	Eiklar (im Fleischerzeugnis)	Sf4	Kaschunüsse
15	unter Verwendung von Milch (im Fleischerzeugnis)	Sf5	Pecannüsse
16	unter Verwendung von Sahne (im Fleischerzeugnis)	Sf6	Paranüsse
17	Pflanzeneiweiß (im Fleischerzeugnis)	Sf7	Pistazien
18	Stärke (im Fleischerzeugnis)	Sf8	Macadamia-/Queenslandnüsse
19	koffeinhaltig	Sn	Senf
20	Nitritpökelsalz	W	Weichtiere
()	Kann Spuren enthalten von...		