

Mensa BluSchu 15.10. - 19.10.



Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Menü 1



Schweinegeschnetzeltes "Gyros Art"
Pommes frites
Bunter Salat *

2518kJ / 601kcal, Natrium 1,1g, Fett 24,6g,
gesättigte Fettsäuren 4,3g, Kohlenhydrate 66,5g, Zucker
3,5g, Ballaststoffe 10,2g, Eiweiß 22,5g, Salz 2,58g,
Proteinheiten 5,6



Spaghetti aus Hartweizengrieß
Soße Bolognese vom Rind und Schwein
Bunter Salat *
Dessert

2578kJ / 614kcal, Natrium 2,3g, Fett 23,9g,
gesättigte Fettsäuren 4,5g, Kohlenhydrate 69,8g, Zucker
8,2g, Ballaststoffe 6,8g, Eiweiß 26,3g, Salz 5,81g,
Proteinheiten 5,9

G, G1, S



Linsensuppe mit geschnittener Wiener
Wurst vom Schwein
Brötchen
Dessert

2591kJ / 619kcal, Natrium 2,0g, Fett 27,8g,
gesättigte Fettsäuren 11,1g, Kohlenhydrate 62,4g, Zucker
4,7g, Ballaststoffe 8,3g, Eiweiß 25,1g, Salz 4,87g,
Proteinheiten 5,2

S, Sn, G, G1



Putengeschnetzeltes in Rahmsoße
Kartoffelrösti
Buttergemüse "naturell"
Bunter Salat *

2784kJ / 665kcal, Natrium 2,1g, Fett 33,5g,
gesättigte Fettsäuren 9,1g, Kohlenhydrate 55,8g, Zucker
10,4g, Ballaststoffe 8,7g, Eiweiß 30,3g, Salz 5,41g,
Proteinheiten 4,7

G, G1, M, Me, La, S, G2, G3, G4, G5, G6, Ei, Sb, Se



Milde Käsespätzle
Bunter Salat *
Dessert

2496kJ / 597kcal, Natrium 2,2g, Fett 30,7g,
gesättigte Fettsäuren 13,5g, Kohlenhydrate 56,7g, Zucker
8,5g, Ballaststoffe 5,8g, Eiweiß 19,7g, Salz 5,38g,
Proteinheiten 4,8

G, G1, Ei, M, Me, La

Menü 2



Gemüse-Frikadelle "Hausfrauen Art"
Tomaten-Mozzarella-Soße
Pommes frites
Salat 9

3602kJ / 860kcal, Natrium 1,3g, Fett 37,7g,
gesättigte Fettsäuren 8,7g, Kohlenhydrate 105,6g, Zucker
20,9g, Ballaststoffe 13,0g, Eiweiß 17,6g, Salz 5,38g,
Proteinheiten 8,0

G, G1, Ei, M, Me, La



Spaghetti aus Hartweizengrieß
Tomatensoße "Italia"
Bunter Salat *
Dessert

2221kJ / 529kcal, Natrium 2,0g, Fett 19,5g,
gesättigte Fettsäuren 2,4g, Kohlenhydrate 69,8g, Zucker
7,8g, Ballaststoffe 6,8g, Eiweiß 14,7g, Salz 5,06g,
Proteinheiten 5,9

G, G1, S



Tomatencremesuppe
Milchreis
Bunter Salat *
Obst

2075kJ / 491kcal, Natrium 0,9g, Fett 8,2g,
gesättigte Fettsäuren 3,6g, Kohlenhydrate 89,1g, Zucker
37,6g, Ballaststoffe 2,2g, Eiweiß 13,8g, Salz 2,34g,
Proteinheiten 7,5

G, G1, M, Me, La, S



Kartoffelrösti
Pilzragout nach "Jäger Art"
Bunter Salat *

2212kJ / 530kcal, Natrium 1,6g, Fett 32,7g,
gesättigte Fettsäuren 9,5g, Kohlenhydrate 47,0g, Zucker
6,2g, Ballaststoffe 6,2g, Eiweiß 8,7g, Salz 3,98g,
Proteinheiten 4,0

G, G1, G2, G3, G4, G5, G6, Ei, Sb, Me, La, S, Se, M

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

Menü 1

Mo

Schweinegeschnetzeltes "Gyros Art"

15.10.2018

Pommes frites

Bunter Salat *

Di

Spaghetti aus Hartweizengrieß
Enthält: Gluten, Weizen
 Soße Bolognese vom Rind und Schwein
Enthält: Gluten, Weizen, Sellerie
 Bunter Salat *

16.10.2018

Dessert

Mi

Linsensuppe mit geschnittener Wiener Wurst vom Schwein
Enthält: Sellerie, Senf
 Brötchen
Enthält: Gluten, Weizen
 Dessert

17.10.2018

Do

Putengeschnetzeltes in Rahmsauce
Enthält: Gluten, Weizen, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sellerie
 Kartoffelrösti
Enthält: Gluten, Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut, Eier, Soja, Milcheiweiß, Laktose, Sellerie, Sesam
 Buttergemüse "naturell"
Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose
 Bunter Salat *

18.10.2018

Fr

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

19.10.2018

Dessert

Menü 2

Mo

Gemüse-Frikadelle "Hausfrauen Art"
Enthält: Gluten, Weizen, Eier
 Tomaten-Mozzarella-Soße
Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose
 Pommes frites

15.10.2018

Salat
Enthält: Milcheiweiß, Eier

Di

Spaghetti aus Hartweizengrieß
Enthält: Gluten, Weizen
 Tomatensoße "Italia"
Enthält: Sellerie
 Bunter Salat *

16.10.2018

Dessert

Mi

Tomatencremesuppe
Enthält: Gluten, Weizen, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sellerie
 Milchreis
Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose
 Obst

17.10.2018

Do

Kartoffelrösti
Enthält: Gluten, Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut, Eier, Soja, Milcheiweiß, Laktose, Sellerie, Sesam
 Pilzragout nach "Jäger Art"
Enthält: Gluten, Weizen, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sellerie
 Bunter Salat *

18.10.2018

Fr

19.10.2018

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...		