


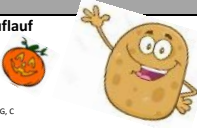














**SPEISEANGEBOT**  
**Mensa Troisdorf Heimbach**

KW45	Montag, 06.11.23	Dienstag, 07.11.23	Mittwoch, 08.11.23	Donnerstag, 09.11.23	Freitag, 10.11.23
Tagesgericht			<b>Pestokartoffeln</b> dazu eine kleine Hähnchenbrust mit Tomaten Basilikumhaube dazu Tomatensauce 	<b>Frisches Seelachs Fischfilet</b> -Aus nachhaltigem Fischfang- mit Kürbiskruste dazu Rosmarinkartoffeln 	
Nährwerte			Bratwurstschnecke <sup>3</sup> Kartoffelstampf <sup>6</sup> Kilokalorien: 409,1kcal / KH: 42,1g / BE: 3,58E / Fett: 0,3g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 944,3kJ	Seelachs Fischfilet <sup>A1, D</sup> Kürbiskruste <sup>6</sup> Rosmarinkartoffeln Kilokalorien: 668,4kcal / KH: 43,7g / BE: 3,68E / Fett: 3,1g / Zucker: 0g / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,8g / Kilojoule: 1729,7kJ	
oder wahlweise					
Vegetarisch	<b>Gemüse - Süßkartoffel Auflauf mit Paprika, Zucchini und Kürbiswürfeln</b> dazu Sour Creme Dip  Gemüse - Süßkartoffel Auflauf <sup>A1, G, C</sup> dazu Sour Creme Dip <sup>G</sup> 		<b>Gemüsetortilla mit Kartoffeln und Ei gebacken</b> dazu ein Kräuter Dip  Gemüsetortilla <sup>G</sup> Dip <sup>G</sup> 	<b>Blumenkohl in Bechamelsauce</b> dazu Salzkartoffeln  Blumenkohl Auflauf <sup>G, 1</sup> 	
Nährwerte	Kilokalorien: 725,9kcal / KH: 83,5g / BE: 0,88E / Fett: 18,3g / Zucker: g / Salz: 2,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 3g / Kilojoule: 2919,7kJ		Kilokalorien: 398,9kcal / KH: 24,6g / BE: 28E / Fett: 11,8g / Zucker: g / Salz: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,5g / Kilojoule: 1637,4kJ	Kilokalorien: 180,4kcal / KH: 12,3g / BE: 18E / Fett: 8,8g / Zucker: 0g / Salz: 0,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 6g / Kilojoule: 622,3kJ	
Gemüse	<b>Kaisergemüse</b> <b>Blumenkohl, Brokkoli, Karotte</b> Kaisergemüse 		<b>Erbsen</b> 	<b>Karottengemüse</b> 	
Zusatzstoffe					
Nährwerte	Kilokalorien: 38,3kcal / KH: 7,1g / BE: 08E / Fett: 0,3g / Zucker: 4,5g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 160,9kJ		Erbsen <sup>1, 1</sup> Kilokalorien: 141,8kcal / KH: 15,2g / BE: 08E / Fett: 2,1g / Zucker: 3,1g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,4g / Kilojoule: 596,6kJ	Vichkarotten <sup>1</sup> Kilokalorien: 30,2kcal / KH: 0,2g / BE: 08E / Fett: 0g / Zucker: 0g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 5kJ	
Salat	<b>Salatmix Eisberg Möhren Weißkohl mit American Dressing</b> 		<b>Rohkostsalat Möhren</b> 	<b>Tomatensalat</b> 	
Nährwerte	Kilokalorien: 80,2kcal / KH: 4g / BE: 0,28E / Fett: 6,5g / Zucker: 2,4g / Salz: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / Kilojoule: 333,1kJ		Kilokalorien: 29,7kcal / KH: 4,1g / BE: 0,38E / Fett: 0,1g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 126,1kJ	Kilokalorien: 92,9kcal / KH: 4,8g / BE: 0,48E / Fett: 0,2g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 406,8kJ	
Pizza & Pasta	<b>Wechselnde Pasta <sup>A1</sup></b> <b>mit verschiedenen Saucen <sup>A1, G, I, 1</sup></b> 				
Nährwerte	Kilokalorien: 544,6kcal / KH: 80,5g / BE: 6,78E / Fett: 11,5g / Zucker: 0g / Salz: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,6g / Kilojoule: 2285,8kJ				
Aus dem Wok					
Nährwerte					
Dessert	<b>Dessert oder Obst</b>		<b>Dessert oder Obst</b>	<b>Dessert oder Obst</b>	
Nährwerte					
Obst					
Nährwerte					



Betriebsstätte:  
Mensa Europaschule  
Am Bergeracker 31  
53842 Troisdorf  
Ansprechpartner: Hr Fuchs  
Telefon: 02241 / 1277980  
Mail: mensa.europaschule@dk-kochwerk.de

1 mit Farbstoff / 2 mit Konservierungsstoff / 3 mit Antioxidationsmittel / 4 mit Geschmacksverstärker / 5 geschwefelt / 6 geschwärzt / 7 gewachst / 8 mit Phosphat / 9 mit Süßungsmittel(n) / 10 mit einer Zuckerart und Süßungsmittel

**Allergene und daraus hergestellte Erzeugnisse:**

A enthält Gluten - A1 aus Weizen, A2 aus Roggen, A3 aus Gerste, A4 aus Hafer, A5 aus Dinkel / B enthält Krebstiere / C enthält Ei / D enthält Fisch / E enthält Erdnüsse / F enthält Soja / G enthält Milch einschl. Laktose / H enthält Schalenfrüchte - H1 aus Mandeln, H2 aus Haselnüssen, H3 aus Walnüssen, H4 aus Cashewnüssen, H5 aus Pekannüssen, H6 aus Paranüssen, H7 aus Pistazien, H8 aus Macadamianüssen / I enthält Sellerie / J enthält Senf / K enthält Sesam / L enthält Schwefeldioxid; Sulfite / M enthält Lupine / N enthält Weichtiere

**Hinweis** Alle Angaben basieren auf der Grundlage unserer Rezepturen. Bei Fragen, Wünschen oder Anregungen wenden Sie sich bitte an den Betriebsleiter. Änderungen im Speiseplan sind vorbehalten. Wir sind ein EU-zertifizierter Auslieferungsbetrieb.