




**SPEISENANGEBOT**  
**Mensa Heimbach**

KW 19	Montag, 05.05.2025	Dienstag, 06.05.2025	Mittwoch, 07.05.2025	Donnerstag, 08.05.2025	Freitag, 09.05.2025
<b>Tagesgericht</b>	<b>Kritharaki Hähnchenbrust auf Reismudeln in Tomaten-Zwiebel Sugo</b>  Hähnchenbrust Tomatensugo Tomatenreis <sup>1</sup>  <small>Kilokalorien: 592,8kcal / KH: 6,6g / BE: 0,5BE / Fett: 16g / Zucker: 0g / Salz: 1g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,5g / Kilojoule: 1165,1kJ</small>		<b>Giouvesti Eintopfschmorgericht mit Gemüse Kichererbsen Reismudeln und Lammfleisch dazu Brot</b>  Lammragout <sup>1</sup> Baguette <sup>A, A1, K</sup>  <small>Kilokalorien: 362,7kcal / KH: 2,8g / BE: 0,2BE / Fett: 0,7g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,3g / Kilojoule: 455kJ</small>	<b>Bifteki auf Gemüse Cous Cous und Jghurt Dip</b>  Cevapcici Rind <sup>C, F</sup> Petersilien Joghurtsauce <sup>3, 5, G, L</sup> Cous Cous <sup>A, F, G, I, J</sup>  <small>Kilokalorien: 713kcal / KH: 22,2g / BE: 1,7BE / Fett: 34,1g / Zucker: 1,2g / Salz: 1,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 11,1g / Kilojoule: 2300,2kJ</small>	
<b>Nährwerte</b>					
	<b>oder wahlweise</b>				
<b>Vegetarisch</b>	<b>Fasolada griechischer Eintopf von weißen Bohnen und Wurzelgemüse dazu ein Stück Fladenbrot</b>  Weiße Bohnensuppe <sup>1</sup> Fladenbrot <sup>A, F, G, K</sup>    <small>Kilokalorien: 394,6kcal / KH: 18,3g / BE: 1,3BE / Fett: 0,3g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 452,3kJ</small>		<b>Moussaka Auberginen Kartoffelauflauf überbacken</b>  Kartoffel Auflauf Spitzkohl Frühling <sup>G, I</sup>    <small>Kilokalorien: 513,5kcal / KH: 36,6g / BE: 3BE / Fett: 25,6g / Zucker: 0g / Salz: 2,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 13,3g / Kilojoule: 2230,2kJ</small>	<b>Gemüse Pilaw Reisgericht mit Zucchini, Aubergine Paprika und Feta pikant scharf gewürzt</b>  Gemüse Reis <sup>1</sup>    <small>Kilokalorien: 559,4kcal / KH: 4,6g / BE: 0BE / Fett: 0,3g / Zucker: 3,3g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 355,5kJ</small>	
<b>Nährwerte</b>					
<b>Gemüse</b>	<b>Kohlrabi in Rahm<sup>G, I</sup></b>  <small>Kilokalorien: 55kcal / KH: 9g / BE: 0,5BE / Fett: 0,1g / Zucker: 3,1g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 261,9kJ</small>				
<b>Nährwerte</b>					
	<b>oder wahlweise</b>				
<b>Salat</b>	<b>Salat</b>		<b>Salat</b>	<b>Salat</b>	
<b>Nährwerte</b>					
<b>Pizza &amp; Pasta</b>	<b>Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce<sup>1, I</sup> Bolognese Sauce Rind<sup>I</sup></b>  <small>Kilokalorien: 542,8kcal / KH: 80,5g / BE: 6,7BE / Fett: 11,5g / Zucker: 0g / Salz: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,6g / Kilojoule: 2278,4kJ</small>		<b>Reibekuchen mit Apfelmus</b>	<b>Pizza Margarita/Pomodoro<sup>G</sup> Pizza Salami<sup>2, 3, G, I, J</sup> Pizza Prosciutto<sup>2, 3, 8, G</sup></b>  <small>Kilokalorien: 635,4kcal / KH: 80,6g / BE: 6,7BE / Fett: 19,9g / Zucker: 0,1g / Salz: 1,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 9,8g / Kilojoule: 2690,5kJ</small>	
<b>Nährwerte</b>	<small>Kilokalorien: 170,9kcal / KH: 9,4g / BE: 0,8BE / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 641,1kJ</small>			<small>Kilokalorien: 64,8kcal / KH: 8,9g / BE: 0,6BE / Fett: 0,8g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / Kilojoule: 266,5kJ</small>	
<b>Dessert</b>	<b>Dessert oder Obst</b>		<b>Dessert oder Obst</b>	<b>Dessert oder Obst</b>	
<b>Nährwerte</b>					
	<b>oder wahlweise</b>				
<b>Obst</b>					
<b>Nährwerte</b>					
<b>Hinweis</b>	Bis zur angestrebten Zertifizierung durch die Deutsche Gesellschaft für Ernährung sind die Hauptkomponenten der jeweiligen Gerichte grün markiert				



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 Haselnuss, H3 aus Walnuss, H4 aus Cashewnuss, H5 aus Pekannuss, H6 aus Paranuss, H7 aus Pistazie, H8 aus Macadamianuss / 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.