





**SPEISENANGEBOT**  
Realschule Am Heimbach Troisdorf

KW 2	Montag, 10.01.22	Dienstag, 11.01.22	Mittwoch, 12.01.22	Donnerstag, 13.01.22	Freitag, 14.01.22
<b>Tagesgericht</b>	<b>Gebratene Hähnchenbrust dazu Kräuterkartoffeln</b>  Hähnchenbrust Salzkartoffeln <sup>1</sup>  Nährwerte Kilopjoule: 1124,9kJ / Kilokalorien: 266,1kcal / Fett: 6,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,6g / Zucker: 1,8g / Salz: 2,7g / : / :		<b>4 Stück Fischstäbchen -Aus nachhaltigem Fischfang- mit Kräutersauce dazu Stampfkartoffeln</b>  Fischstäbchen <sup>A, A1, D</sup> Kräuterrahmsauce hell <sup>G, I</sup> Kartoffelstampf <sup>G</sup>  Kilopjoule: 1986,5kJ / Kilokalorien: 474,9kcal / Fett: 20,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 7,6g / Zucker: g / Salz: 5,8g / : / :	<b>Deftiger Erbseneintopf mit einen Geflügel Wiener und Kartoffel- und Gemüsewürfel sowie</b>  Erbseneintopf <sup>1</sup> Geflügel Wiener <sup>2, 3, 8</sup> Graubrot <sup>A, A1, A2</sup>  Kilopjoule: 1455,5kJ / Kilokalorien: 346,8kcal / Fett: 12,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,2g / Zucker: g / Salz: 2,5g / : / : 	
oder wahlweise					
<b>Vegetarisch</b>			<b>Vegetarische Frühlingssrolle mit Currysauce und Asianudeln</b>  Vegetarische Frühlingssrolle <sup>A, A1, C, F</sup> Currysauce fruchtig <sup>1, G, I</sup> Mie Nudeln <sup>A, A1, K</sup>  Kilopjoule: 2124,4kJ / Kilokalorien: 507,2kcal / Fett: 19,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 4,6g / Zucker: g / Salz: 3,2g / : / : 	<b>Ricotta Spinaci Cannelloni mit Käse überbacken in Tomaten Basilikumsauce</b>  Cannelloni <sup>A, A1, C, G, I</sup>  Kilopjoule: 1212,4kJ / Kilokalorien: 289,1kcal / Fett: 19,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 9,4g / Zucker: 5,2g / Salz: 1,1g / : / : 	
<b>Gemüse</b>	<b>Kohlrabi in Rahm<sup>G, I</sup></b>  Kilopjoule: 261,9kJ / Kilokalorien: 62,3kcal / Fett: 1,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,1g / Zucker: 3,1g / Salz: 1,8g / : / :		<b>Sommergemüse<sup>1, I</sup></b>  Kilopjoule: 400,1kJ / Kilokalorien: 95,2kcal / Fett: 4,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,2g / Zucker: 5,9g / Salz: 1,1g / : / : 		
oder wahlweise					
<b>Salat</b>	<b>Salat</b>		<b>Salat</b>	<b>Salat</b>	
<b>Pizza &amp; Pasta</b>	<b>Wechselnde Pasta<sup>A1</sup> mit verschiedenen Saucen<sup>A1, G, I, 1</sup></b>  Kilopjoule: 3193,4kJ / Kilokalorien: 758,5kcal / Fett: 25,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,4g / Zucker: 7,4g / Salz: 5,8g / : / :				
<b>Aktion</b>					
<b>Dessert</b>	<b>Dessert oder Obst</b>		<b>Dessert oder Obst</b>	<b>Dessert oder Obst</b>	
oder wahlweise					
<b>Obst</b>					
<b>Hinweis</b>	Bis zur angestrebten Zertifizierung durch die Deutsche Gesellschaft für Ernährung sind die Hauptkomponenten der jeweiligen Gerichte grün markiert				



Betriebsstätte:  
Realschule Heimbachstraße  
Heimbachstraße 10  
53840 Troisdorf  
Ansprechpartner: Fr. Mirzwa  
Telefon: 02241 9573590  
Mail: mensa.heimbach@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 Grundlagede 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.