Speisekarte

KW 6 **05.02.2024** **bis** **09.02.2024**

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vegetarisch				
Bio-Fusilli mit Paprikarahmsauce und Mais Gluten (Weizen), Milch (Lactose)	**Knuspriger Bio-Linsentaler mit Bio-Steckrüben-Erbsen-Rahmgemüse, dazu Bio-Salzkartoffeln** Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie, Senf BIO	**Gnocchi mit Tomatensauce und Reibekäse** Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Eier	**Gumpiger Donnerstag / Mensa geschlossen**	**Mensa geschlossen**
kJ 283 / kcal 68 / Fett 2,7 g, davon ges. Fettsäuren 1,4 g KH 9,3 g, davon Zucker 3,4 g / Eiweiß 1,5 g / Salz 1,24 g / BE 0,8	kJ 403/ kcal 96 / Fett 3,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,8 g KH 13,2 g, davon Zucker 1,9 g / Eiweiß 2,8 g / Salz 0,75 g / BE 1,1	kJ 283 / kcal 68 / Fett 2,7 g, davon ges. Fettsäuren 1,4 g KH 9,3 g, davon Zucker 3,4 g / Eiweiß 1,5 g / Salz 1,24 g / BE 0,8		
Vollkost				
Grießbrei mit grüner Pfirsich-Kiwi-Grütze Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie	**Putenrahmragout mit Bio-Marktgemüse und Bio-Vollkornreis** Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch (Lactose)	**Seelachsragout in Senf-Paprikasauce mit Bio-Penne** Gluten (Weizen), Fische, Milch (Lactose), Senf, Eier, Sellerie,	**Gumpiger Donnerstag / Mensa geschlossen**	**Mensa geschlossen**
kJ 356 / kcal 85 / Fett 4,7 g, davon ges. Fettsäuren 2,5 g KH 9,4 g, davon Zucker 4,5 g / Eiweiß 1,5 g / Salz 0,52 g/ BE 0,8	kJ 641 / kcal 153 / Fett 12,1 g, davon ges. Fettsäuren 1,9 g KH 8,5 g, davon Zucker 1,8 g / Eiweiß 2,9 g / Salz 1,0 g / BE 0,7	kJ 356 / kcal 85 / Fett 4,7 g, davon ges. Fettsäuren 2,5 g KH 9,4 g, davon Zucker 4,5 g / Eiweiß 1,5 g / Salz 0,52 g/ BE 0,8		
Pastabar				
Pasta-Bar			**Gumpiger Donnerstag / Mensa geschlossen**	**Mensa geschlossen**
Salatteller				
Bunter Salatteller mit Topping	**Bunter Salatteller mit Topping**	**Bunter Salatteller mit Topping**	**Gumpiger Donnerstag / Mensa geschlossen**	**Mensa geschlossen**