

Speiseplan Mensa SSS 18.12-20.12.2017 Montag - Freitag

Montag 18.12.2017	Dienstag 19.12.2017	Mittwoch 20.12.2017	Donnerstag 21.12.2017	Freitag 22.12.2017
Geflügel-Bratwurst, Soße, Sauerkraut, Kartoffelpüree (g,i,j)	Chili con Carne mit Reis und Schmand Dip, Salat (11,g)	Nur Kioskbetrieb	Winterferien	Winterferien

KH: 36.1 g	3.70 €	KH: 41.7 g	3.70 €
Fett: 38.2 g		Fett: 21.4 g	
Eiw.: 19.42 g		Eiw.: 34.07 g	
Kcal: 575		Kcal: 518	

Vollkorn-Gemüse-Auflauf mit Basilikum- Quarkdip, Salat (1,2,8,11,18,27,a,c,g)	Schupfnudel-Gemüse- Pfanne (27,a,c,a1)
--	--

KH: 75.1 g	3.40 €	KH: 92.0 g	3.40 €
Fett: 11.4 g		Fett: 21.9 g	
Eiw.: 28.26 g		Eiw.: 21.64 g	
Kcal: 542		Kcal: 673	

Quiche Lorraine "Vegi" (11,a,c,g,a1)	Bunter Salatteller
---	--------------------




KH: 72.6 g	3.00 €	KH: 6.8 g	3.00 €
Fett: 59.3 g		Fett: 5.2 g	
Eiw.: 23.19 g		Eiw.: 9.62 g	
Kcal: 939		Kcal: 114	

Zusatzstoffe: 1-mit Farbstoff, 2-mit Konservierungsstoff, 8-mit Phosphat, 11-enthält eine Phenylalaninquelle, 18-mit Nitrat, 27-unter Schutzatmosphäre verpackt

Allergene: a-Gluten, c-Eier, g-Milch, i-Sellerie, j-Senf, a1-Weizen

keine Freigabe



Speise / Komponente		Allergene					
Geflügel-Bratwurst, Soße, Sauerkraut, Kartoffelpüree							
Geflügel-Bratwurst, Soße, Sauerkraut, Kartoffelpüree							
Chili con Carne mit Reis und Schmand Dip, Salat							
Chili con Carne							
Vollkorn-Gemüse-Auflauf mit Basilikum-Quarkdip, Salat							
Vollkorn-Gemüse-Auflauf mit Basilikum-Quarkdip, Feldsalat							
Schupfnudel-Gemüse-Pfanne							
Schupfnudel-Gemüse-Pfanne							
Quiche Lorraine "Vegi"							
Quiche Lorraine "Vegi"							

 Gluten
  Eier
  Milch
  Sellerie
  Senf
  Weizen

