










KW42	Monday, 18.10.2021	Tuesday, 19.10.2021	Wednesday, 20.10.2021	Thursday, 21.10.2021	Friday, 22.10.2021
Essen	Pilz-Kartoffelpfanne mit Gemüsecurry (A1, A6) Brennwert = 1617 kJ (386 kcal)g, Fett = 16,2g, Kohlenhydrate = 48,1g, Eiweiß = 10,6g, S: 3,90 € B: 5,60 € G: 6,70 €	 Gyros und Cevapcici vom Schwein mit Tzatziki dazu Tomatenreis (1, 9, 15, A1, A3, A7, A10, S) Brennwert = 3572 kJ (853 kcal)g, Fett = 41,4g, Kohlenhydrate = 69,6g, Eiweiß = 48,4g, S: 2,90 € B: 4,60 € G: 5,70 €	BBQ Burger mit Bacon, Zwiebelmarmelade und Pommes (1, 2, 3, 9, 12, A1, A9, A10, A11, A12, R, S) Brennwert = 4658 kJ (1113 kcal)g, Fett = 53,2g, Kohlenhydrate = 114,4g, Eiweiß = 39,7g, S: 4,90 € B: 6,60 € G: 7,70 €	Schupfnudelpfanne mit Waldpilzen (1, 15, A1, A3, A7, A9) Brennwert = 2490 kJ (595 kcal)g, Fett = 11,2g, Kohlenhydrate = 101,8g, Eiweiß = 18,5g, S: 1,90 € B: 3,60 € G: 4,70 €	 Tomaten-Reisnudeln mit Gemüse und Hirtenkäse (8, 15, A1, A7) Brennwert = 3329 kJ (795 kcal)g, Fett = 42,1g, Kohlenhydrate = 78,2g, Eiweiß = 22,9g, S: 1,90 € B: 3,60 € G: 4,70 €
	Mienudeln mit Spinat, Paprika, Sprossen und Cashewkernen (2, 3, A1, A6, A8, A12) Brennwert = 2995 kJ (715 kcal)g, Fett = 24,1g, Kohlenhydrate = 99,8g, Eiweiß = 19,6g, S: 2,90 € B: 4,60 € G: 5,70 €	 Lahmacun mit Rotkraut und Tzatziki (2, 3, A1, A6, A10) Brennwert = 2161 kJ (516 kcal)g, Fett = 16,8g, Kohlenhydrate = 70,8g, Eiweiß = 17,5g, S: 3,90 € B: 5,60 € G: 6,70 €	 Ei mit Duftreis und Gemüse (15, A1, A3, A5, A6, A7) Brennwert = 2852 kJ (681 kcal)g, Fett = 33,1g, Kohlenhydrate = 69,8g, Eiweiß = 22,5g, S: 1,90 € B: 3,60 € G: 4,70 €	 Chili sin carne mit Vitalbaguette (3, A1, A6, A9) Brennwert = 2245 kJ (536 kcal)g, Fett = 23,0g, Kohlenhydrate = 42,1g, Eiweiß = 36,0g, S: 2,90 € B: 4,60 € G: 5,70 €	 Teriyakisticks im Sub mit Chinakohl und Sprossen (1, A1, A6, A10, A12) Brennwert = 4863 kJ (1161 kcal)g, Fett = 54,2g, Kohlenhydrate = 121,9g, Eiweiß = 36,6g, S: 4,90 € B: 6,60 € G: 7,70 €
	Hähnchenschnitzel mit Champignonsahnesauce dazu Gemüse und Kartoffelkroketten (1, 3, 15, A1, A7, G) Brennwert = 4625 kJ (1105 kcal)g, Fett = 56,2g, Kohlenhydrate = 105,4g, Eiweiß = 39,7g, S: 3,90 € B: 5,60 € G: 6,70 €	 Bunte Penne mit Feldsalatpesto und Möhrenrohkost (1, 2, 3, 15, A1, A7, A8, A11, R) Brennwert = 3564 kJ (851 kcal)g, Fett = 27,5g, Kohlenhydrate = 118,2g, Eiweiß = 28,3g, S: 3,90 € B: 5,60 € G: 6,70 €	 Makkaroniauflauf mit Ratatouillegemüse (A1, A6) Brennwert = 2565 kJ (613 kcal)g, Fett = 11,7g, Kohlenhydrate = 102,3g, Eiweiß = 19,6g, S: 3,90 € B: 5,60 € G: 6,70 €	 Asia Bowl mit Geflügel, Gemüse, Wildreis und Ananas (A1, A6, A12, G) Brennwert = 3320 kJ (793 kcal)g, Fett = 19,5g, Kohlenhydrate = 98,4g, Eiweiß = 50,6g, S: 3,90 € B: 5,60 € G: 6,70 €	Schollenfilet gebacken mit Schnittlauchdip dazu Kaisergemüse und Petersilienkartoffeln (1, 15, A1, A4, A7, A10) Brennwert = 4033 kJ (963 kcal)g, Fett = 60,3g, Kohlenhydrate = 80,4g, Eiweiß = 27,3g, S: 3,90 € B: 5,60 € G: 6,70 €
	Brokkolinuggets in Tomatensauce mit Gemüseris (1, 15, A1, A3, A6, A7, A9) Brennwert = 2612 kJ (624 kcal)g, Fett = 16,7g, Kohlenhydrate = 90,3g, Eiweiß = 24,2g, S: 2,90 € B: 4,60 € G: 5,70 €				
Suppen					

S = Studierende | B = Beschäftigte | G = Gäste

KW42	Monday, 18.10.2021	Tuesday, 19.10.2021	Wednesday, 20.10.2021	Thursday, 21.10.2021	Friday, 22.10.2021
Beilagen	Griechischer Salat  Brennwert = 496 kJ (119 kcal)g, Fett = 9,2g, Kohlenhydrate = 8,6g, Eiweiß = 1,5g, S: 0,60 € B: 0,80 € G: 0,95 €	Gurkensalat  (A10) Brennwert = 829 kJ (198 kcal)g, Fett = 18,7g, Kohlenhydrate = 6,2g, Eiweiß = 1,1g, S: 0,60 € B: 0,80 € G: 0,95 €	Beilagensalat Vinaigrette herzhaft  (A10) Brennwert = 965 kJ (231 kcal)g, Fett = 23,2g, Kohlenhydrate = 4,1g, Eiweiß = 2,3g, S: 0,60 € B: 0,80 € G: 0,95 €	Möhrenstifte mit Korinader- Kerbel Pesto  (A8) Brennwert = 743 kJ (178 kcal)g, Fett = 12,4g, Kohlenhydrate = 9,4g, Eiweiß = 4,9g, S: 0,60 € B: 0,80 € G: 0,95 €	Beilagensalat mit Kräuterdressing  (A10) Brennwert = 549 kJ (131 kcal)g, Fett = 10,3g, Kohlenhydrate = 7,2g, Eiweiß = 3,1g, S: 0,60 € B: 0,80 € G: 0,95 €
Desserts	Vanillequark  (15, A7) Brennwert = 943 kJ (225 kcal)g, Fett = 2,6g, Kohlenhydrate = 28,0g, Eiweiß = 20,0g, S: 0,60 € B: 0,80 € G: 1,20 €	Schokoladenpudding vegan  (A5, A6, A8) Brennwert = 1839 kJ (439 kcal)g, Fett = 21,2g, Kohlenhydrate = 54,9g, Eiweiß = 6,6g, S: 1,20 € B: 1,45 € G: 1,80 €	Heidelbeer-Quark  (15, A7) Brennwert = 747 kJ (178 kcal)g, Fett = 1,3g, Kohlenhydrate = 22,4g, Eiweiß = 16,8g, S: 0,60 € B: 0,80 € G: 1,20 €	Quark-Joghurt mit Nüssen und getrockneten Früchten  (2, 6, 15, A7, A8, A12) Brennwert = 1089 kJ (260 kcal)g, Fett = 11,8g, Kohlenhydrate = 18,5g, Eiweiß = 20,8g, S: 1,20 € B: 1,45 € G: 1,80 €	Sojajoghurt mit Fruchtsauce  (3, A6) Brennwert = 503 kJ (120 kcal)g, Fett = 3,8g, Kohlenhydrate = 11,9g, Eiweiß = 6,6g, S: 1,20 € B: 1,45 € G: 1,80 €

S = Studierende | B = Beschäftigte | G = Gäste



Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe und Allergene

1 = Food coloring	7 = Waxed	13 = Caffeinated	A4 = Fish	A10 = Mustard and products/foods containing mustard
2 = Preservatives	8 = Blackened	14 = Contains quinine	A5 = Peanuts and products/foods containing peanuts	A11 = Sesame and products/foods containing sesame
3 = Antioxidants	9 = Sweetener(s)	15 = Milk protein	A6 = Soy and products/foods containing soy	A12 = Sulfur and sulfite
4 = Flavor enhancer	10 = Contains phenylalanine	A1 = Gluten	A7 = Milk and products/foods containing milk (including lactose)	A13 = Lupine and products/foods containing lupine
5 = Phosphate	11 = Taurine	A2 = Shellfish and products/foods containing shellfish	A8 = Nuts and products/foods containing nuts	A14 = Mollusk and products/foods containing mollusk
6 = Sulphureted	12 = Nitrite pickling salt	A3 = Eggs and products/foods containing eggs	A9 = Celery and products/foods containing celery	

Die Angaben über die Inhaltsstoffe in den Speisen beruhen auf den Informationen der Hersteller und Lieferanten der Rohzutaten. Da bei der Produktion Kreuzkontaminationen nicht ausgeschlossen sind, können wir nicht dafür garantieren, dass in den angebotenen Speisen neben den gekennzeichneten noch weitere Inhaltsstoffe enthalten sind