

KW09	Montag, 24.02.2020	Dienstag, 25.02.2020	Mittwoch, 26.02.2020	Donnerstag, 27.02.2020	Freitag, 28.02.2020
Essen	<b>Süßer Milchreis mit Waldbeeren und Zimt-Zucker</b> (1, 15, A7) Brennwert = 2879 kJ (688 kcal)g, Fett = 22,9g, Kohlenhydrate = 104,4g, Eiweiß = 16,5g, <b>S: 1,70 €   B: 2,80 €   G: 3,30 €</b>	<b>Bifteki vom Rind mit Weißkäse gefüllt und Tzatziki</b> (15, A1, A3, A7, A9, A10, R) Brennwert = 1932 kJ (461 kcal)g, Fett = 29,0g, Kohlenhydrate = 23,4g, Eiweiß = 26,2g, <b>S: 2,20 €   B: 3,30 €   G: 3,80 €</b>	<b>Gebackener Kibbeling mit Remouladensauce</b> (9, 15, A1, A3, A4, A7, A10) Brennwert = 2988 kJ (714 kcal)g, Fett = 57,4g, Kohlenhydrate = 25,2g, Eiweiß = 25,2g, <b>S: 2,20 €   B: 3,30 €   G: 3,80 €</b>	<b>Geschnetzeltes vom Rind mit Paprika</b> (15, A1, A7, R) Brennwert = 1543 kJ (368 kcal)g, Fett = 13,6g, Kohlenhydrate = 18,1g, Eiweiß = 40,9g, <b>S: 2,20 €   B: 3,30 €   G: 3,80 €</b>	<b>Seelachsfilet paniert mit Sauce Tartar</b> (9, A1, A3, A4, A10) Brennwert = 2890 kJ (690 kcal)g, Fett = 53,5g, Kohlenhydrate = 25,6g, Eiweiß = 28,3g, <b>S: 2,20 €   B: 3,30 €   G: 3,80 €</b>
	<b>Ofenhähnchen</b> (1, 15, A1, A3, A7, G) Brennwert = 1318 kJ (315 kcal)g, Fett = 12,3g, Kohlenhydrate = 14,9g, Eiweiß = 34,3g, <b>S: 2,20 €   B: 3,30 €   G: 3,80 €</b>	<b>Eierpfannkuchen mit Tomate und Mozzarella</b> (1, 2, 5, 15, A1, A3, A7, A8, A10, R) Brennwert = 3887 kJ (928 kcal)g, Fett = 59,4g, Kohlenhydrate = 67,2g, Eiweiß = 29,3g, <b>S: 2,20 €   B: 3,30 €   G: 3,80 €</b>	<b>Makkaroni-Käse-Auflauf</b> (1, 15, A1, A3, A7, A10) Brennwert = 4974 kJ (1188 kcal)g, Fett = 63,5g, Kohlenhydrate = 115,5g, Eiweiß = 37,4g, <b>S: 1,70 €   B: 2,80 €   G: 3,30 €</b>	<b>Hähnchenschnitzel</b> (A1, A3, G) Brennwert = 1580 kJ (377 kcal)g, Fett = 14,5g, Kohlenhydrate = 32,1g, Eiweiß = 28,3g, <b>S: 1,70 €   B: 2,80 €   G: 3,30 €</b>	<b>Frühlingsrolle mit Putenfleisch und frischem Gemüse</b> (9, A1, A6, A11, G) Brennwert = 1478 kJ (353 kcal)g, Fett = 18,4g, Kohlenhydrate = 20,2g, Eiweiß = 22,5g, <b>S: 2,80 €   B: 3,60 €   G: 4,10 €</b>
	<b>Westfälische Bratwurstschnecke</b> (3, 4, 15, A7, S) Brennwert = 2448 kJ (585 kcal)g, Fett = 54,9g, Kohlenhydrate = 7,2g, Eiweiß = 14,9g, <b>S: 1,70 €   B: 2,80 €   G: 3,30 €</b>	<b>Hähnchenpfanne "asiatisch" mit Paprika</b> (2, 9, A1, A6, G) Brennwert = 1540 kJ (368 kcal)g, Fett = 12,1g, Kohlenhydrate = 28,7g, Eiweiß = 34,1g, <b>S: 2,20 €   B: 3,30 €   G: 3,80 €</b>	<b>Hühnerfrikassee mit Champignons und Spargel</b> (1, 2, 3, 15, A1, A7, A12, G) Brennwert = 1762 kJ (421 kcal)g, Fett = 19,4g, Kohlenhydrate = 19,7g, Eiweiß = 40,4g, <b>S: 1,70 €   B: 2,80 €   G: 3,30 €</b>	<b>Kartoffeltaschen mit Gemüse-Frischkäse Füllung und Salat</b> (15, A7) Brennwert = 2312 kJ (552 kcal)g, Fett = 38,0g, Kohlenhydrate = 43,1g, Eiweiß = 7,1g, <b>S: 2,20 €   B: 3,30 €   G: 3,80 €</b>	<b>Soja-Bolognese mit Spaghetti</b> (A1, A6, A9) Brennwert = 3065 kJ (732 kcal)g, Fett = 2,8g, Kohlenhydrate = 131,9g, Eiweiß = 38,1g, <b>S: 1,70 €   B: 2,80 €   G: 3,30 €</b>

S = Studierende | B = Beschäftigte | G = Gäste



fettarm



vegetarisch



vegan



























laktosefrei



Mensa-Vital



kalorienarm

KW09	Montag, 24.02.2020	Dienstag, 25.02.2020	Mittwoch, 26.02.2020	Donnerstag, 27.02.2020	Freitag, 28.02.2020
Beilagen	<b>Nudeln</b>  (A1) Brennwert = 1255 kJ (300 kcal)g, Fett = 14,3g, Kohlenhydrate = 36,0g, Eiweiß = 6,0g, <b>S: 0,60 €   B: 0,80 €   G: 0,95 €</b>	<b>Buntes Gemüse</b>  (1) Brennwert = 577 kJ (138 kcal)g, Fett = 8,5g, Kohlenhydrate = 9,2g, Eiweiß = 3,4g, <b>S: 0,60 €   B: 0,80 €   G: 0,95 €</b>	<b>Wedges Kartoffeln</b>  Brennwert = 2016 kJ (482 kcal)g, Fett = 34,9g, Kohlenhydrate = 36,3g, Eiweiß = 4,1g, <b>S: 0,60 €   B: 0,80 €   G: 0,95 €</b>	<b>Gurkensalat</b>  (A10) Brennwert = 829 kJ (198 kcal)g, Fett = 18,7g, Kohlenhydrate = 6,2g, Eiweiß = 1,1g, <b>S: 0,60 €   B: 0,80 €   G: 0,95 €</b>	<b>Beilagensalat mit Kräuterdressing</b>  (A10) Brennwert = 549 kJ (131 kcal)g, Fett = 10,3g, Kohlenhydrate = 7,2g, Eiweiß = 3,1g, <b>S: 0,60 €   B: 0,80 €   G: 0,95 €</b>
	<b>Balkangemüse</b>  (1, A9) Brennwert = 826 kJ (197 kcal)g, Fett = 9,0g, Kohlenhydrate = 21,1g, Eiweiß = 4,8g, <b>S: 0,60 €   B: 0,80 €   G: 0,95 €</b>	<b>Pommes frites</b>  Brennwert = 1666 kJ (398 kcal)g, Fett = 26,6g, Kohlenhydrate = 34,1g, Eiweiß = 3,5g, <b>S: 0,60 €   B: 0,80 €   G: 0,95 €</b>	<b>Kaisergemüse</b>  (1) Brennwert = 299 kJ (71 kcal)g, Fett = 4,1g, Kohlenhydrate = 5,7g, Eiweiß = 3,2g, <b>S: 0,60 €   B: 0,80 €   G: 0,95 €</b>	<b>Erbsengemüse</b>  (1) Brennwert = 1030 kJ (246 kcal)g, Fett = 16,0g, Kohlenhydrate = 16,2g, Eiweiß = 9,7g, <b>S: 0,60 €   B: 0,80 €   G: 0,95 €</b>	<b>Karotten-Lauchgemüse</b>  (1) Brennwert = 426 kJ (102 kcal)g, Fett = 2,7g, Kohlenhydrate = 13,2g, Eiweiß = 2,6g, <b>S: 0,60 €   B: 0,80 €   G: 0,95 €</b>
	<b>Beilagensalat mit French Dressing</b>  (3, 9, A10, A12) Brennwert = 1253 kJ (299 kcal)g, Fett = 25,6g, Kohlenhydrate = 14,6g, Eiweiß = 3,4g, <b>S: 0,60 €   B: 0,80 €   G: 0,95 €</b>	<b>Beilagensalat mit Orangen-Zitronen-Dressing</b>  (3, A12) Brennwert = 573 kJ (137 kcal)g, Fett = 11,8g, Kohlenhydrate = 6,3g, Eiweiß = 2,4g, <b>S: 0,60 €   B: 0,80 €   G: 0,95 €</b>	<b>Beilagensalat Vinaigrette herzhaft</b>  (A10) Brennwert = 982 kJ (235 kcal)g, Fett = 23,5g, Kohlenhydrate = 4,4g, Eiweiß = 2,3g, <b>S: 0,60 €   B: 0,80 €   G: 0,95 €</b>	<b>Brokkoligemüse</b>  (1) Brennwert = 481 kJ (115 kcal)g, Fett = 7,0g, Kohlenhydrate = 11,9g, Eiweiß = 6,1g, <b>S: 0,60 €   B: 0,80 €   G: 0,95 €</b>	<b>Dampfkartoffeln</b>  Brennwert = 642 kJ (153 kcal)g, Fett = 0,2g, Kohlenhydrate = 34,0g, Eiweiß = 4,0g, <b>S: 0,60 €   B: 0,80 €   G: 0,95 €</b>
	<b>Lauchgemüse</b>  (1, 15, A1, A7) Brennwert = 617 kJ (147 kcal)g, Fett = 9,9g, Kohlenhydrate = 11,6g, Eiweiß = 4,2g, <b>S: 0,60 €   B: 0,80 €   G: 0,95 €</b>	<b>Langkornreis</b>  Brennwert = 1143 kJ (273 kcal)g, Fett = 5,4g, Kohlenhydrate = 50,1g, Eiweiß = 4,7g, <b>S: 0,60 €   B: 0,80 €   G: 0,95 €</b>	<b>Risi-Bisi</b>  (1) Brennwert = 1223 kJ (292 kcal)g, Fett = 4,8g, Kohlenhydrate = 53,5g, Eiweiß = 7,4g, <b>S: 0,60 €   B: 0,80 €   G: 0,95 €</b>	<b>Beilagensalat</b>  Brennwert = 967 kJ (231 kcal)g, Fett = 23,4g, Kohlenhydrate = 3,9g, Eiweiß = 2,3g, <b>S: 0,60 €   B: 0,80 €   G: 0,95 €</b>	<b>Duftreis</b>  Brennwert = 963 kJ (230 kcal)g, Fett = 0,7g, Kohlenhydrate = 49,4g, Eiweiß = 4,9g, <b>S: 0,60 €   B: 0,80 €   G: 0,95 €</b>
	<b>Kartoffelpüree</b>  (15, A7) Brennwert = 877 kJ (209 kcal)g, Fett = 5,6g, Kohlenhydrate = 35,7g, Eiweiß = 5,0g, <b>S: 0,60 €   B: 0,80 €   G: 0,95 €</b>	<b>Grüner Bohnensalat mit Tomaten, Mais und Kidneybohnen</b>  Brennwert = 708 kJ (169 kcal)g, Fett = 10,1g, Kohlenhydrate = 12,0g, Eiweiß = 4,8g, <b>S: 0,60 €   B: 0,80 €   G: 0,95 €</b>		<b>Curryreis</b>  Brennwert = 1080 kJ (258 kcal)g, Fett = 3,7g, Kohlenhydrate = 50,2g, Eiweiß = 4,8g, <b>S: 0,60 €   B: 0,80 €   G: 0,95 €</b>	
				<b>Petersilienkartoffeln</b>  (1) Brennwert = 794 kJ (190 kcal)g, Fett = 4,2g, Kohlenhydrate = 34,1g, Eiweiß = 4,1g, <b>S: 0,60 €   B: 0,80 €   G: 0,95 €</b>	

S = Studierende | B = Beschäftigte | G = Gäste



fettarm



vegetarisch



vegan



laktosefrei





Mensa-Vital



kalorienarm

KW09	Montag, 24.02.2020	Dienstag, 25.02.2020	Mittwoch, 26.02.2020	Donnerstag, 27.02.2020	Freitag, 28.02.2020
Desserts	<b>Wiener Mandeldessert mit Kirschen</b> (1, 15, A1, A3, A6, A7) Brennwert = 1104 kJ (264 kcal)g, Fett = 8,2g, Kohlenhydrate = 36,9g, Eiweiß = 8,9g, <b>S: 1,20 €   B: 1,45 €   G: 1,80 €</b>	<b>Erdbeer-Joghurt-Quark</b> (15, A7) Brennwert = 1018 kJ (243 kcal)g, Fett = 3,3g, Kohlenhydrate = 29,0g, Eiweiß = 21,1g, <b>S: 0,60 €   B: 0,80 €   G: 1,20 €</b>	 <b>Vanillepudding mit Schokosauce</b> (15, A7) Brennwert = 1095 kJ (262 kcal)g, Fett = 15,2g, Kohlenhydrate = 26,2g, Eiweiß = 4,4g, <b>S: 1,20 €   B: 1,45 €   G: 1,80 €</b>	<b>Pfirsich Melba</b> (15, A7, R) Brennwert = 900 kJ (215 kcal)g, Fett = 10,1g, Kohlenhydrate = 26,6g, Eiweiß = 3,0g, <b>S: 1,20 €   B: 1,45 €   G: 1,80 €</b>	<b>Apfelbeignet mit Zimt-Zucker auf Vanillesauce</b> (1, 15, A1, A3, A7) Brennwert = 1490 kJ (356 kcal)g, Fett = 17,6g, Kohlenhydrate = 42,4g, Eiweiß = 6,8g, <b>S: 1,20 €   B: 1,45 €   G: 1,80 €</b>
	<b>Stracciatella-Quark</b> (15, A6, A7) Brennwert = 1136 kJ (271 kcal)g, Fett = 4,2g, Kohlenhydrate = 30,2g, Eiweiß = 25,0g, <b>S: 0,60 €   B: 0,80 €   G: 1,20 €</b>	 <b>Obstsalat mit Sahne</b> (1, 2, 15, A7) Brennwert = 833 kJ (199 kcal)g, Fett = 3,6g, Kohlenhydrate = 38,4g, Eiweiß = 0,8g, <b>S: 1,20 €   B: 1,45 €   G: 1,80 €</b>	<b>Mandarinen Joghurt Quark</b> (15, A7) Brennwert = 1005 kJ (240 kcal)g, Fett = 2,1g, Kohlenhydrate = 36,3g, Eiweiß = 17,0g, <b>S: 0,60 €   B: 0,80 €   G: 1,20 €</b>	 <b>Quark mit Knuspermüsli</b> (15, A1, A7) Brennwert = 1750 kJ (418 kcal)g, Fett = 8,2g, Kohlenhydrate = 61,1g, Eiweiß = 21,8g, <b>S: 0,60 €   B: 0,80 €   G: 1,20 €</b>	 <b>Birnen-Joghurt-Quark</b> (15, A7) Brennwert = 876 kJ (209 kcal)g, Fett = 2,7g, Kohlenhydrate = 27,8g, Eiweiß = 16,6g, <b>S: 0,60 €   B: 0,80 €   G: 1,20 €</b>

S = Studierende | B = Beschäftigte | G = Gäste

-  fettarm
-  vegetarisch
-  vegan
-  laktosefrei
-  Mensa-Vital
-  kalorienarm

## Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe und Allergene

1 = mit Farbstoff(en)	7 = gewachst	13 = koffeinhaltig	A4 = Fisch	A10 = Senf und Senferzeugnisse
2 = mit Konservierungsstoff(en)	8 = geschwärzt	14 = chininhaltig	A5 = Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse	A11 = Sesamsamen und Sesamsamenerzeugnisse
3 = mit Antioxidationsmittel	9 = mit Süßungsmittel(n)	15 = Milcheiweiß	A6 = Soja und Sojaerzeugnisse	A12 = Schwefeldioxid und Sulfite
4 = mit Geschmacksverstärker(n)	10 = enthält eine Phenylalaninquelle	A1 = glutenhaltig	A7 = Milch und Milcherzeugnisse (einschließlich Lactose)	A13 = Lupinen und Lupinenerzeugnisse
5 = mit Phosphat	11 = mit Taurin	A2 = Krebstiere und Krebstiererzeugnisse	A8 = Schalenfrüchte sowie daraus hergest. Erzeugnisse	A14 = Weichtiere und Weichtiererzeugnisse
6 = geschwefelt	12 = mit Nitratpökelsalz	A3 = Eier und Eierzeugnisse	A9 = Sellerie und Sellerieerzeugnisse	

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