










KW50	Montag, 10.12.2018	Dienstag, 11.12.2018	Mittwoch, 12.12.2018	Donnerstag, 13.12.2018	Freitag, 14.12.2018
Essen	Polenta-Käse-Schnitte mit Maissoße (15, A1, A3, A7) Brennwert = 830 kJ (198 kcal)g, Fett = 15,0g, Kohlenhydrate = 10,9g, Eiweiß = 4,2g, S: 1,70 € B: 2,80 € G: 3,30 €	 Vollkornspaghetti mit Linsenbolognese (A1) Brennwert = 2362 kJ (564 kcal)g, Fett = 7,8g, Kohlenhydrate = 104,3g, Eiweiß = 22,4g, S: 2,20 € B: 3,30 € G: 3,80 €	 Putenbruststeak in Käsesoße (1, 15, A7, G) Brennwert = 2753 kJ (658 kcal)g, Fett = 49,8g, Kohlenhydrate = 6,6g, Eiweiß = 45,9g, S: 2,50 € B: 3,45 € G: 3,95 €	 Gemüsefrittata mit Tomaten-Olivensalsa (1, 2, 8) Brennwert = 1214 kJ (290 kcal)g, Fett = 19,1g, Kohlenhydrate = 22,5g, Eiweiß = 5,6g, S: 2,20 € B: 3,30 € G: 3,80 €	 Currywurst "Hot Spot" (5, A10, S) Brennwert = 2156 kJ (515 kcal)g, Fett = 43,9g, Kohlenhydrate = 13,6g, Eiweiß = 17,9g, S: 2,20 € B: 2,40 € G: 2,60 €
	Pasta mit Artischocken und Brokkoli (2, 15, A1, A3, A7, A8, R) Brennwert = 3318 kJ (793 kcal)g, Fett = 36,4g, Kohlenhydrate = 84,5g, Eiweiß = 29,0g, S: 3,50 € B: 4,00 € G: 6,50 €	 Pommes frites Brennwert = 1852 kJ (442 kcal)g, Fett = 27,9g, Kohlenhydrate = 40,9g, Eiweiß = 4,1g, S: 1,20 € B: 1,30 € G: 1,80 €	 Gebratene Polentataler auf Ratatouille (A3, A9) Brennwert = 1710 kJ (408 kcal)g, Fett = 24,7g, Kohlenhydrate = 36,7g, Eiweiß = 7,5g, S: 2,50 € B: 3,45 € G: 3,95 €	 Paniertes Schweineschnitzel mit Jägersoße (1, 2, 3, 9, A1, A3, A12, S) Brennwert = 1520 kJ (363 kcal)g, Fett = 8,9g, Kohlenhydrate = 39,4g, Eiweiß = 31,6g, S: 2,50 € B: 3,45 € G: 3,95 €	Kibbeling mit Remouladensauce (9, 15, A1, A3, A4, A7, A10) Brennwert = 3011 kJ (719 kcal)g, Fett = 57,5g, Kohlenhydrate = 26,1g, Eiweiß = 25,5g, S: 2,20 € B: 3,30 € G: 3,80 €
	Chili con carne (R) Brennwert = 1904 kJ (455 kcal)g, Fett = 19,8g, Kohlenhydrate = 27,4g, Eiweiß = 40,6g, S: 2,20 € B: 3,30 € G: 3,80 €	Chicken-Chesse Burger mit Cheddar Käse und Honig-Senfcreme (1, 3, 5, 15, A1, A6, A7, A9, A10, A12, G) Brennwert = 2544 kJ (608 kcal)g, Fett = 27,1g, Kohlenhydrate = 61,6g, Eiweiß = 26,2g, S: 3,80 € B: 4,10 € G: 4,55 €	Matjes "Hausfrauen Art" mit Gurken-Zwiebelsauce (3, 9, 15, A3, A4, A7, A10) Brennwert = 2672 kJ (638 kcal)g, Fett = 41,9g, Kohlenhydrate = 41,1g, Eiweiß = 23,2g, S: 3,50 € B: 4,00 € G: 6,50 €	Asiatischer Wok mit Rindfleisch (1, 2, 4, A1, A6, A12, R) Brennwert = 3096 kJ (739 kcal)g, Fett = 16,7g, Kohlenhydrate = 113,4g, Eiweiß = 26,9g, S: 3,50 € B: 4,00 € G: 6,50 €	 Warmes Paninibrot mit Grillgemüse und Käse (1, 2, 15, A1, A3, A7, R) Brennwert = 1835 kJ (438 kcal)g, Fett = 17,6g, Kohlenhydrate = 49,1g, Eiweiß = 18,8g, S: 2,80 € B: 3,60 € G: 4,10 €
		Rostbratwurst "Regensburger Art" mit Majoranjus (5, S) Brennwert = 2990 kJ (714 kcal)g, Fett = 64,7g, Kohlenhydrate = 14,8g, Eiweiß = 19,9g, S: 2,20 € B: 2,40 € G: 2,60 €			 Pommes frites Brennwert = 1852 kJ (442 kcal)g, Fett = 27,9g, Kohlenhydrate = 40,9g, Eiweiß = 4,1g, S: 1,20 € B: 1,30 € G: 1,80 €

S = Studierende | B = Beschäftigte | G = Gäste



fettarm



vegetarisch



vegan



laktosefrei



Mensa-Vital



kalorienarm

KW50	Montag, 10.12.2018	Dienstag, 11.12.2018	Mittwoch, 12.12.2018	Donnerstag, 13.12.2018	Freitag, 14.12.2018
Beilagen	Pariser Karotten (1) Brennwert = 528 kJ (126 kcal)g, Fett = 8,0g, Kohlenhydrate = 12,7g, Eiweiß = 1,2g, S: 0,60 € B: 0,80 € G: 0,95 €	Apfelrotkohl (3, 9) Brennwert = 447 kJ (107 kcal)g, Fett = 2,3g, Kohlenhydrate = 18,3g, Eiweiß = 2,5g, S: 0,60 € B: 0,80 € G: 0,95 €	Karotten-Lauchgemüse (1) Brennwert = 406 kJ (97 kcal)g, Fett = 2,7g, Kohlenhydrate = 12,7g, Eiweiß = 2,3g, S: 0,60 € B: 0,80 € G: 0,95 €	Blumenkohlgemüse a la creme (1, 15, A7) Brennwert = 636 kJ (152 kcal)g, Fett = 10,6g, Kohlenhydrate = 9,7g, Eiweiß = 3,9g, S: 0,60 € B: 0,80 € G: 0,95 €	Dampfkartoffeln Brennwert = 642 kJ (153 kcal)g, Fett = 0,2g, Kohlenhydrate = 34,0g, Eiweiß = 4,0g, S: 0,60 € B: 0,80 € G: 0,95 €
	Langkornreis Brennwert = 1367 kJ (327 kcal)g, Fett = 5,6g, Kohlenhydrate = 61,6g, Eiweiß = 5,8g, S: 0,60 € B: 0,80 € G: 0,95 €	Bratkartoffeln Brennwert = 1378 kJ (329 kcal)g, Fett = 9,5g, Kohlenhydrate = 51,1g, Eiweiß = 6,3g, S: 0,60 € B: 0,80 € G: 0,95 €	Eierspätzle (1, A1, A3) Brennwert = 1826 kJ (436 kcal)g, Fett = 14,4g, Kohlenhydrate = 63,2g, Eiweiß = 11,7g, S: 0,60 € B: 0,80 € G: 0,95 €	Kartoffelkroketten (A1) Brennwert = 1467 kJ (350 kcal)g, Fett = 11,2g, Kohlenhydrate = 55,0g, Eiweiß = 5,8g, S: 0,60 € B: 0,80 € G: 0,95 €	
	Dampfkartoffeln Brennwert = 642 kJ (153 kcal)g, Fett = 0,2g, Kohlenhydrate = 34,0g, Eiweiß = 4,0g, S: 0,60 € B: 0,80 € G: 0,95 €				
Desserts	Pfirsichquark (15, A7) Brennwert = 1060 kJ (253 kcal)g, Fett = 2,1g, Kohlenhydrate = 39,6g, Eiweiß = 17,0g, S: 0,60 € B: 0,80 € G: 1,20 €	Himbeer Quarkspeise (15, A7) Brennwert = 1017 kJ (243 kcal)g, Fett = 2,1g, Kohlenhydrate = 36,0g, Eiweiß = 17,1g, S: 0,60 € B: 0,80 € G: 1,20 €	Zitronen-Joghurt-Quark (3, 15, A7, A12) Brennwert = 1005 kJ (240 kcal)g, Fett = 3,3g, Kohlenhydrate = 28,9g, Eiweiß = 20,7g, S: 0,60 € B: 0,80 € G: 1,20 €	Spekulatius Mousse (15, A1, A7, R) Brennwert = 977 kJ (233 kcal)g, Fett = 14,1g, Kohlenhydrate = 22,1g, Eiweiß = 3,7g, S: 1,20 € B: 1,45 € G: 1,80 €	Rote Grütze mit Vanillejoghurt (1, 15, A7) Brennwert = 765 kJ (183 kcal)g, Fett = 3,6g, Kohlenhydrate = 32,4g, Eiweiß = 2,9g, S: 1,20 € B: 1,45 € G: 1,80 €
	Vanillepudding mit Schokosauce (15, A7) Brennwert = 1095 kJ (262 kcal)g, Fett = 15,2g, Kohlenhydrate = 26,2g, Eiweiß = 4,4g, S: 1,20 € B: 1,45 € G: 1,80 €	Zitronencreme mit Fruchtsoße (15, A7, R) Brennwert = 1180 kJ (282 kcal)g, Fett = 16,9g, Kohlenhydrate = 27,8g, Eiweiß = 5,2g, S: 1,20 € B: 1,45 € G: 1,80 €	Karamelpudding mit Vanillesoße (1, 15, A6, A7) Brennwert = 1471 kJ (351 kcal)g, Fett = 20,0g, Kohlenhydrate = 37,1g, Eiweiß = 5,7g, S: 1,20 € B: 1,45 € G: 1,80 €	Johannisbeer-Joghurt-Quark (15, A7) Brennwert = 844 kJ (202 kcal)g, Fett = 3,1g, Kohlenhydrate = 27,3g, Eiweiß = 14,5g, S: 0,60 € B: 0,80 € G: 1,20 €	Bananen-Schoko-Quark (15, A6, A7) Brennwert = 1697 kJ (405 kcal)g, Fett = 13,5g, Kohlenhydrate = 47,3g, Eiweiß = 21,0g, S: 0,60 € B: 0,80 € G: 1,20 €

S = Studierende | B = Beschäftigte | G = Gäste



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