

SPEISEKARTE



Montag

KW 23
Dienstag

01.06.2026 bis
Mittwoch

05.06.2026
Donnerstag

Gericht

Spaghetti mit Rinderbolognese

Gluten (Weizen), Sellerie



kJ 478 / kcal 113 / Fett 2,6g , davon ges.
Fettsäuren 0,3g / KH 17,4g, davon Zucker 2,9g /
Eiweiß 5g / Salz 1,09g / BE 1,4

Pizza Margherita mit Tomaten

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie

kJ 747 / kcal 177 / Fett 4,2g , davon ges.
Fettsäuren 1,4g / KH 24,1g, davon Zucker 4,6g /
Eiweiß 9,4g / Salz 0,89g / BE 2

Hähnchen-Dönerteller mit Sour-Cream und Pommes

Milch (Lactose)

3



kJ 472 / kcal 113 / Fett 3,2g , davon ges.
Fettsäuren 0,5g / KH 13,1g, davon Zucker 0,9g /
Eiweiß 7,4g / Salz 0,67g / BE 1,1

**Mensa geschlossen
Feiertag**

DE-ÖKO-003

SPEISEKARTE



Montag

KW 24
Dienstag

08.06.2026 bis
Mittwoch

12.06.2026
Donnerstag

Gericht			
<p>Rindergulasch mit Möhren und Drellinudeln</p> <p>Gluten (Weizen), Senf</p>  <p>kJ 550 / kcal 132 / Fett 3,9g , davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH 18,5g, davon Zucker 2g / Eiweiß 5,5g / Salz 0,75g / BE 1,5</p>	<p>Vegetarisches Lahmacun, dazu knackiger Salat und Sour Cream</p> <p>Gluten (Weizen), Sojabohnen, Milch (Lactose)</p> <p>kJ 738 / kcal 176 / Fett 6,5g , davon ges. Fettsäuren 0,9g / KH 22,2g, davon Zucker 1,7g / Eiweiß 7g / Salz 1,38g / BE 1,8</p>	<p>Seelachs-Fischstäbchen mit Bio-Rahmspinat und Salzkartoffeln</p> <p>Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose)</p>  <p>kJ 457 / kcal 108 / Fett 3,7g , davon ges. Fettsäuren 0,7g / KH 11,9g, davon Zucker 0,9g / Eiweiß 5,9g / Salz 0,49g / BE 1</p>	<p>Hähnchen-Nuggets mit Brokkoli und Kartoffelpüree</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>3, 8</p>  <p>kJ 394 / kcal 94 / Fett 2,7g , davon ges. Fettsäuren 0,5g / KH 11,6g, davon Zucker 1,3g / Eiweiß 5,7g / Salz 0,81g / BE 1</p>
DE-ÖKO-003			

SPEISEKARTE



Montag

KW 25
Dienstag

15.06.2026 bis
Mittwoch

19.06.2026
Donnerstag

Gericht			
<p>Hähnchengeschnetzeltes mit Äpfeln und Ananas in Currysauce, dazu Erbsen und Langkornreis</p> <p>Milch (Lactose)</p>  <p>kj 469 / kcal 112 / Fett 1,6g , davon ges. Fettsäuren 0,5g / KH 18,1g, davon Zucker 2,6g / Eiweiß 5,9g / Salz 0,93g / BE 1,5</p>	<p>Vollkornspirelli mit Linsen-Bolognese und Gouda, dazu Gurkensticks</p> <p>Gluten (Weizen), Sellerie, Milch (Lactose)</p> <p>kj 517 / kcal 123 / Fett 2,3g , davon ges. Fettsäuren 0,7g / KH 20,1g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 4,9g / Salz 0,91g / BE 1,7</p>	<p>Gebratene Putenstreifen in Gemüserahmsauce mit Möhren und Salzkartoffeln</p> <p>Milch (Lactose), Sellerie</p>  <p>kj 305 / kcal 73 / Fett 2,4 g , davon ges. Fettsäuren 0,6 g / KH 9,1 g, davon Zucker 2,5 g / Eiweiß 4,2 g / Salz 0,54 g / BE 0,8</p>	<p>Blumenkohl-Käse-Medaillon mit Sour Cream und Würzkartoffeln</p> <p>Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose)</p> <p>kj 591 / kcal 142 / Fett 7,9g , davon ges. Fettsäuren 1,3g / KH 12,8g, davon Zucker 1,5g / Eiweiß 4,2g / Salz 0,79g / BE 1,1</p>
DE-ÖKO-003			

SPEISEKARTE





Montag

KW 26
Dienstag

22.06.2026 bis
Mittwoch

26.06.2026
Donnerstag

Gericht			
<p>Knuspriger Hähnchen-Burger mit Ketchup, dazu Pommes</p> <p>Gluten (Weizen, Gerste), Sellerie, Sesam</p> <p></p> <p>kj 639 / kcal 152 / Fett 4 g , davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 22,8 g, davon Zucker 3,4 g / Eiweiß 5,3 g / Salz 0,58 g / BE 1,9</p>	<p>Putenfrikadelle mit Rahmgemüse und Spätzle</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf</p> <p></p> <p>kj 573 / kcal 137 / Fett 4,6g , davon ges. Fettsäuren 1g / KH 15,2g, davon Zucker 1,1g / Eiweiß 7,9g / Salz 1,05g / BE 1,3</p>	<p>American Pancakes mit Roter Grütze und Vanillesauce, vorweg Brokkolicremesuppe</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>kj 687 / kcal 163 / Fett 5,8g , davon ges. Fettsäuren 1,4g / KH 22,9g, davon Zucker 11,5g / Eiweiß 4,2g / Salz 0,52g / BE 1,9</p>	<p>Bandnudeln und Tomatensauce, dazu Paprikasticks</p> <p>Gluten (Weizen), Eier</p> <p>kj 466 / kcal 111 / Fett 2,2g , davon ges. Fettsäuren 0,4g / KH 18,9g, davon Zucker 3g / Eiweiß 3,7g / Salz 0,54g / BE 1,6</p>
DE-ÖKO-003			