

München Rechts der Isar Mittagessen vom 12.05.25 bis 18.05.25

KW 20	Zusätzlich zum Menü	Menü 1 Mensa	Menü 2 Mensa	Extraessen Mensa
Montag 12.05.25	Tagessuppe Kartoffelsuppe mit Frühlingszwiebeln Auswahl von verschiedenen: - Desserts - Gemüsen	Rostbrätl mit Zwiebeln Bratensoße Gurkensalat mit Dill Gebratene Risoleekartoffeln	Kartoffelstrudel Paprikasoße Erbsen	Brokkoli-Pfanne mit Bulgur Kräuterdip 2,55 €
Dienstag 13.05.25	Tagessuppe Blumenkohlcremesuppe Auswahl von verschiedenen: - Desserts - Gemüsen	Gebratenes Seelachsfischfilet Honigbutter Blattsalat Kartoffeln	Scheiterhaufen Vanille-Orangensoße	Vollkornpasta mit Spargel Brunnenkresse Pesto 3,05 €
Mittwoch 14.05.25	Tagessuppe Spargelcremesuppe Auswahl von verschiedenen: - Desserts - Gemüsen	Kartoffelgratin mit Hirtenkäse Tomaten-Orangen-Soße	Knöpfletpopf mit Erbsen und Paprika Tomatensalsa VK	Spaghetti Bolognese Blattsalat gemischt 3,60 €
Donnerstag 15.05.25	Tagessuppe Klare Brühe mit Karotten Auswahl von verschiedenen: - Desserts - Gemüsen	Asiatische Rinderpfanne Glasnudeln	Couscous mit gebratenen Gemüsepommes Petersiliensoße	Frühlingspflanzlerl Pfefferrahmsoße Kaisergemüse 2,45 €
Freitag 16.05.25	Tagessuppe Currysuppe Auswahl von verschiedenen: - Desserts - Gemüsen	Kartoffel-Paprika-Tortilla Chilidip	Penne mit Zucchini Käsesoße	Gedämpftes Seelachsfilet Kräutersoße LVK Kohlrabigemüse Kartoffeln 3,70 €
Samstag 17.05.25	Tagessuppe Rinderbrühe "Gärtnerin" Auswahl von verschiedenen: - Desserts - Gemüsen	Kartoffeleintopf Putenwiener Semmel	Weizen-Curry-Pfanne Koriander Dip	Mensa Extraessen
Sonntag 18.05.25	Tagessuppe Kräutercremesuppe Auswahl von verschiedenen: - Desserts - Gemüsen	Rinderbraten Bratensoße Blaukraut Semmelknödel	Kartoffelauflauf mit Gemüse Kräutersoße LVK	Mensa Extraessen
G=Geflügel R=Rindfleisch S=mit Schwein oder tie		GE=enth. Gemüse 1=mit Farbstoff	2=mit Konservierungsst 3=mit Antioxidationsmi 5=geschwefelt	8=mit Phosphat 9=mit Süßungsmittel
B=enth. Gluten E=enth. Fisch H=enth. Erdnüsse		M=enth. Soja (gen-tech N=enth. Milch einschl. P=enth. Sellerie	T=enth. Senf V=enth. Schwefeldioxid Y=enth. Ei	B1=enth. Weizen B3=enth. Gerste N1=mit Milcheiweiß

Änderungen vorbehalten!

München Rechts der Isar Mittagessen vom 12.05.25 bis 18.05.25

Nährwerte

KW 20		Zusätzlich zum Menü			Menü 1 Mensa			Menü 2 Mensa			Extraessen Mensa		
Nährwert		100g/ml	Portion	% ETB	100g/ml	Portion	% ETB	100g/ml	Portion	% ETB	100g/ml	Portion	% ETB
Montag 12.05.25	Kcal	42,72	134,15		86,74	492,66		48,39	273,88		112,42	392,35	
	F	2,20 g	6,92 g		7,42 g	42,14 g		2,73 g	15,47 g		3,30 g	11,50 g	
	EW	0,96 g	3,01 g		4,76 g	27,02 g		2,36 g	13,36 g		4,24 g	14,80 g	
	KH	4,55 g	14,28 g		5,27 g	29,95 g		3,37 g	19,06 g		15,66 g	54,64 g	
	Salz	0,79 g	2,47 g		0,94 g	5,33 g		0,46 g	2,62 g		1,04 g	3,61 g	
	Zuck	0,93 g	2,90 g		1,25 g	7,09 g		1,39 g	7,87 g		4,10 g	14,30 g	
	GFS	0,97 g	3,05 g		1,26 g	7,14 g		0,94 g	5,32 g		0,30 g	1,04 g	
Dienstag 13.05.25	Kcal	48,11	157,79		99,95	418,80		153,49	701,46		177,34	665,01	
	F	1,23 g	4,05 g		4,00 g	16,76 g		4,42 g	20,21 g		8,01 g	30,05 g	
	EW	1,11 g	3,64 g		6,94 g	29,06 g		5,78 g	26,43 g		5,41 g	20,28 g	
	KH	7,80 g	25,58 g		9,14 g	38,29 g		22,43 g	102,50 g		19,73 g	73,98 g	
	Salz	0,75 g	2,47 g		1,34 g	5,60 g		0,38 g	1,73 g		1,17 g	4,38 g	
	Zuck	1,46 g	4,78 g		3,23 g	13,54 g		10,54 g	48,16 g		1,94 g	7,29 g	
	GFS	0,60 g	1,95 g		0,50 g	2,11 g		1,86 g	8,52 g		0,72 g	2,69 g	
Mittwoch 14.05.25	Kcal	36,98	116,13		100,82	481,91		147,07	644,17		147,51	964,71	
	F	2,48 g	7,80 g		4,89 g	23,36 g		7,81 g	34,21 g		4,07 g	26,65 g	
	EW	1,08 g	3,41 g		5,04 g	24,11 g		3,98 g	17,42 g		6,04 g	39,53 g	
	KH	2,32 g	7,29 g		8,75 g	41,81 g		14,24 g	62,35 g		21,04 g	137,60 g	
	Salz	0,79 g	2,49 g		1,33 g	6,38 g		1,04 g	4,57 g		4,90 g	32,03 g	
	Zuck	1,53 g	4,79 g		2,94 g	14,06 g		2,83 g	12,40 g		10,21 g	66,75 g	
	GFS	1,16 g	3,64 g		2,66 g	12,72 g		0,33 g	1,44 g		0,37 g	2,45 g	
Donnerstag 15.05.25	Kcal	3,71	11,25		143,63	518,49		91,41	404,01		82,96	372,49	
	F	0,20 g	0,60 g		5,36 g	19,36 g		3,15 g	13,93 g		5,05 g	22,67 g	
	EW	0,10 g	0,30 g		8,14 g	29,38 g		2,86 g	12,62 g		2,27 g	10,21 g	
	KH	0,63 g	1,90 g		15,36 g	55,45 g		13,01 g	57,51 g		6,62 g	29,74 g	
	Salz	0,44 g	1,34 g		1,48 g	5,35 g		0,81 g	3,58 g		1,31 g	5,87 g	
	Zuck	0,82 g	2,48 g		2,60 g	9,40 g		3,07 g	13,57 g		3,00 g	13,49 g	
	GFS	0,02 g	0,06 g		0,84 g	3,03 g		0,51 g	2,24 g		1,51 g	6,78 g	
Freitag 16.05.25	Kcal	37,23	118,40		83,64	369,71		130,57	702,49		74,24	416,49	
	F	2,61 g	8,30 g		3,90 g	17,24 g		5,66 g	30,45 g		2,67 g	14,99 g	
	EW	0,59 g	1,88 g		4,15 g	18,33 g		5,57 g	29,98 g		5,76 g	32,32 g	
	KH	2,48 g	7,88 g		7,66 g	33,85 g		14,01 g	75,37 g		6,30 g	35,34 g	
	Salz	0,84 g	2,66 g		0,77 g	3,40 g		1,20 g	6,45 g		1,60 g	8,95 g	
	Zuck	1,28 g	4,07 g		2,27 g	10,04 g		2,02 g	10,85 g		1,66 g	9,32 g	
	GFS	1,86 g	5,90 g		1,04 g	4,61 g		0,89 g	4,78 g		1,10 g	6,15 g	
Samstag 17.05.25	Kcal	2,47	7,49		102,22	519,30		107,61	578,92				
	F	0,05 g	0,17 g		4,10 g	20,84 g		2,87 g	15,43 g				
	EW	0,16 g	0,49 g		4,86 g	24,68 g		4,42 g	23,76 g				
	KH	0,45 g	1,37 g		10,86 g	55,18 g		15,05 g	80,99 g				
	Salz	0,02 g	0,05 g		1,41 g	7,19 g		0,76 g	4,08 g				
	Zuck	0,43 g	1,31 g		1,05 g	5,31 g		2,56 g	13,80 g				
	GFS	0,01 g	0,04 g		0,28 g	1,40 g		0,38 g	2,03 g				
Sonntag 18.05.25	Kcal	17,25	51,92		108,73	625,20		90,09	430,62				
	F	1,03 g	3,09 g		3,68 g	21,14 g		5,42 g	25,92 g				
	EW	0,54 g	1,62 g		6,88 g	39,58 g		4,95 g	23,67 g				
	KH	1,41 g	4,23 g		11,33 g	65,13 g		5,24 g	25,04 g				
	Salz	0,73 g	2,18 g		1,61 g	9,28 g		0,77 g	3,67 g				
	Zuck	1,07 g	3,21 g		1,65 g	9,49 g		2,03 g	9,69 g				
	GFS	0,53 g	1,61 g		0,69 g	3,99 g		1,39 g	6,62 g				

Kcal (Kcal)	Eiweiß (EW)	Salz (Salz)	gesättigte Fettsäure (GFS)
Fett (F)	Kohlenhydrate (KH)	Zucker (Zuck)	

Änderungen vorbehalten!