

# Speisenplan

## Öffnungszeiten

Cafeteria: 07:30 Uhr bis 16:00 Uhr  
 Essensausgabe: 11:30 Uhr bis 13:45 Uhr  
 Grillstation: bis 16:00 Uhr  
 freitags bis 15:00 Uhr

**FHVD**  
 Rehmkamp 10  
 24161 Altenholz

**Gericht 1 4.80€/5.80 €**

**Gericht 2 5.80 €/ 6.80 €**

**Vegetarisch 4,00€/%,00 €**

<b>Montag</b> Datum 11.02.19	<b>4 Cevapcici</b> # Mit Pommes Frites, Krautsalat und Tzatziki 823 kcal c,g,l 2,5		<b>Gebackene Champignons</b> Mit Salatbeilage und Knoblauchdip 698 kcal c,g
<b>Dienstag</b> Datum 12.02.19	<b>Hühnerfrikassee</b> # Mit Erbsen und Spargel, dazu Reis 689 kcal 4,7,9		<b>Spinat-Pizza</b> Mit Spinat, Frischkäse und Zwiebeln 567kcal g,c,l
<b>Mittwoch</b> Datum 13.02.19		<b>Geschmorter Rinderbraten</b> # Mit Rosenkohl, Salzkartoffeln und Jus 862 kcal 1,5	<b>Tofu-Paprika-Spieß</b> Mit Rosmarinkartoffeln und Mango-Currydip 535 kcal f,g
<b>Donnerstag</b> Datum 14.02.19	<b>Chilli con Carne ( Rinderhack)</b> # Mit roten Bohnen und Mais, dazu Reis 864 kcal l		<b>Holsteiner Kartoffelpfanne</b> Mit buntem Gemüse, Spiegelei und Gewürzgurke 662 kcal c,g 2,5,11
<b>Freitag</b> Datum 15.02.19	<b>1/2 Grillhähnchen</b> Mit Kartoffelsalat oder Pommes Frites und buntem Salat 897 kcal l,g 2,5		<b>Bunte Nudelpfanne</b> # Mit verschiedenem Gemüse und Tomatensauce 873 kcal a,gl ,1,2

**Salatbar** täglich wechselnd mit verschiedenen Rohkostsalaten und mehr **100 g = 1,25 €**

Die einzelnen Komponenten wie Reis, Kartoffeln oder Gemüsebeilage können nach Wunsch variiert werden

Fisch kann Gräten enthalten

\*Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe siehe Aushang im Speisesaal.  
 Wir verwenden jodiertes Salz und rein pflanzliche Fette!

Die mit # gekennzeichneten Gerichte sind auch als kleinere Portion erhältlich

## Ihr Küchenteam wünscht Ihnen einen guten Appetit

Gegen Vorlage des Dienstaussweises/Studentenaussweises erhalten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter von Dataport, Studierende und Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der FHVD den ermäßigten Preis. Externe Gäste zahlen 1,00 € Aufschlag