

# SPEISENANGEBOT

## Mensa Leichlingen

KW 11	Montag, 10.03.25	Dienstag, 11.03.25	Mittwoch, 12.03.25	Donnerstag, 13.03.25	Freitag, 14.03.25
<b>Tagesgericht</b>	<b>Hühnerfrikassee mit Erbsen und Möhren in der Sauce dazu Vollkornreis</b>  Hühnerfrikassee <sup>1, 3, A, A1, G, I</sup> Vollkornreis <sup>1</sup>  Zusatzstoffe: 1, 3 Allergene: A, A1, G, I Nährwerte: Kilojoule: 2618,7kJ / Kilokalorien: 621,8kcal / Fett: 22,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 9,9g / Zucker: 9,3g / Salz: 8,3g / : / :	<b>Hähnchenschnitzel mit Paprikarahmsauce dazu Eierspätzle</b>  Hähnchenschnitzel <sup>A, A1, C</sup> Paprika Rahmsauce <sup>1, A, A1, G</sup> Spätzle <sup>A, A1, C</sup>  Zusatzstoffe: 1 Allergene: A, A1, C, G Nährwerte: Kilojoule: 3547,1kJ / Kilokalorien: 843,6kcal / Fett: 34,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 9,4g / Zucker: 6,7g / Salz: 8,2g / : / :	<b>Rinderhacksteak mit Schwenkkartoffeln</b>  Rinderfrikadelle <sup>A, A1, C</sup> Kartoffel  Zusatzstoffe: A, A1, C Allergene: A, A1, C Nährwerte: Kilojoule: 1862kJ / Kilokalorien: 442,3kcal / Fett: 25g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,3g / Zucker: 3,5g / Salz: 2,6g / : / :	<b>Pichelsteiner Gemüseintopf mit Rindfleisch dazu Graubrot</b>  Pichelsteiner Eintopf <sup>1</sup> Graubrot <sup>A, A1, A2</sup>  Zusatzstoffe: A, A1, A2, I Allergene: A, A1, C, D, F, G, I Nährwerte: Kilojoule: 1133,5kJ / Kilokalorien: 268,9kcal / Fett: 5,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,9g / Zucker: g / Salz: 2,1g / : / :	<b>3 Stück Meeresfigurenmix -Aus nachhaltigem Fischfang- mit Tomatensauce und Kartoffelpüree</b>  Meeresfigurer Fisch <sup>3, A, A1, C, D, F, G</sup> Tomaten Basilikumsauce <sup>1, I</sup> Kartoffelpüree <sup>G</sup>  Zusatzstoffe: 1, 3 Allergene: A, A1, C, D, F, G, I Nährwerte: Kilojoule: 1828,6kJ / Kilokalorien: 436,8kcal / Fett: 17,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,2g / Zucker: g / Salz: 3,2g / : / :
<b>Vegetarisch</b>	<b>3 Stück süße Pfnankuchen dazu Apfelmus</b>  Pfnankuchen <sup>A, A1, C, G</sup> Apfelmus <sup>3</sup>  Zusatzstoffe: 3 Allergene: A, A1, C, G Nährwerte: Kilojoule: 310,4kJ / Kilokalorien: 73,1kcal / Fett: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / Zucker: 14,5g / Salz: 0,1g / : / :	<b>Kartoffeldrillinge, kleine Kartoffeln in der Schale gegart, dazu Kräuterquark</b>  Drillinge Kartoffel Pellkartoffel Kräuter Quark <sup>3, 5, G, L</sup>  Zusatzstoffe: 3, 5 Allergene: G, L Nährwerte: Kilojoule: 419,9kJ / Kilokalorien: 100,3kcal / Fett: 3,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,2g / Zucker: 5,8g / Salz: 2,1g / : / :	<b>Blumenkohl Käse Bratling in der Schale gegart, dazu Kräuterquark</b>  Blumenkohl - Käse Medaillon <sup>A, A1, G</sup> Kräuter Quark <sup>3, 5, G, L</sup> Salzkartoffeln <sup>1</sup>  Zusatzstoffe: 1, 3, 5 Allergene: A, A1, G, L Nährwerte: Kilojoule: 1968,7kJ / Kilokalorien: 468,8kcal / Fett: 18,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 5g / Zucker: 9g / Salz: 3,5g / : / :	<b>Tortellini mit Ricotta Spinatfüllung dazu Käsesauce</b>  Tortellini <sup>1, A, A1, C, G, I</sup> Käsesauce <sup>1, A, A1, G, I</sup>  Zusatzstoffe: 1 Allergene: A, A1, C, G, I Nährwerte: Kilojoule: 1852,6kJ / Kilokalorien: 443,2kcal / Fett: 22,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 10g / Zucker: 8,5g / Salz: 6,6g / : / :	<b>Rührei mit Kartoffeln</b>  Rührei <sup>1, A, A1, C, G, I</sup> Salzkartoffeln <sup>1</sup>  Zusatzstoffe: 1 Allergene: A, A1, C, G, I Nährwerte: Kilojoule: 1998,2kJ / Kilokalorien: 476,9kcal / Fett: 30,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 9,2g / Zucker: 5,5g / Salz: 5,2g / : / :
<b>Gemüse</b>	<b>Täglich frisch zubereitetes Tagesgemüse als Beilage zu den Hauptgerichten an unserer Warmausgabe.</b>				
<b>Salat</b>	<b>Täglich wechselnde Auswahl frischer saisonaler Salate als Beilage mit verschiedenen Dressingsorten von unserem Salatbuffet.</b>				
<b>Pizza &amp; Pasta</b>	<b>Pasta Tomatensauce &amp; Bolognesesauce</b> Spiralnudeln <sup>A, A1</sup> Tomaten Basilikumsauce <sup>1, I</sup> Bolognese Sauce Rind <sup>A, A1, I</sup>  Zusatzstoffe: 1 Allergene: A, A1, I Nährwerte: Kilojoule: 3143,2kJ / Kilokalorien: 746,4kcal / Fett: 24,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 8g / Zucker: 10,6g / Salz: 5,5g / : / :	<b>Pizza Pomodoro &amp; Salami &amp; Schinken</b> Pizza Margarita/Pomodoro <sup>A, A1, G</sup> Pizza Salami (Geflügel Halal) <sup>2, 3, A, A1, G</sup> Pizza Prosciutto (Geflügel Halal) <sup>2, 3, 8, A, A1, G</sup>  Zusatzstoffe: 2, 3, 8 Allergene: A, A1, G Nährwerte: Kilojoule: 7482,8kJ / Kilokalorien: 1776,9kcal / Fett: 63g / davon gesättigte Fettsäuren: 31,2g / Zucker: 15,5g / Salz: 13,5g / : / :	<b>Pasta Tomatensauce &amp; Bolognesesauce</b> Spiralnudeln <sup>A, A1</sup> Tomaten Basilikumsauce <sup>1, I</sup> Bolognese Sauce Rind <sup>A, A1, I</sup>  Zusatzstoffe: 1 Allergene: A, A1, I Nährwerte: Kilojoule: 3143,2kJ / Kilokalorien: 746,4kcal / Fett: 24,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 8g / Zucker: 10,6g / Salz: 5,5g / : / :	<b>Pizza Pomodoro &amp; Salami &amp; Schinken</b> Pizza Margarita/Pomodoro <sup>A, A1, G</sup> Pizza Salami (Geflügel Halal) <sup>2, 3, A, A1, G</sup> Pizza Prosciutto (Geflügel Halal) <sup>2, 3, 8, A, A1, G</sup>  Zusatzstoffe: 2, 3, 8 Allergene: A, A1, G Nährwerte: Kilojoule: 7482,8kJ / Kilokalorien: 1776,9kcal / Fett: 63g / davon gesättigte Fettsäuren: 31,2g / Zucker: 15,5g / Salz: 13,5g / : / :	<b>Pasta Tomatensauce &amp; Bolognesesauce</b> Spiralnudeln <sup>A, A1</sup> Tomaten Basilikumsauce <sup>1, I</sup> Bolognese Sauce Rind <sup>A, A1, I</sup>  Zusatzstoffe: 1 Allergene: A, A1, I Nährwerte: Kilojoule: 3143,2kJ / Kilokalorien: 746,4kcal / Fett: 24,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 8g / Zucker: 10,6g / Salz: 5,5g / : / :
<b>Aus dem Wok</b>	<b>Wok Curry Huhn</b> Wok Curry Huhn <sup>I, J, K</sup>  Zusatzstoffe: I, J, K Allergene: I, J, K Nährwerte: Kilojoule: 674,4kJ / Kilokalorien: 161kcal / Fett: 5,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,9g / Zucker: g / Salz: 1,5g / : / :	<b>Wok Gemüse</b> Wokgemüse <sup>1, 2, 4, A, A1, F, I, K</sup>  Zusatzstoffe: 1, 2, 4 Allergene: A, A1, F, I, K Nährwerte: Kilojoule: 718,6kJ / Kilokalorien: 171,3kcal / Fett: 10,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,4g / Zucker: g / Salz: 3,3g / : / :	<b>Wok Karibik Style</b> Wok Karibik Style <sup>I, J, K</sup>  Zusatzstoffe: I, J, K Allergene: I, J, K Nährwerte: Kilojoule: 661kJ / Kilokalorien: 157,8kcal / Fett: 5,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,9g / Zucker: g / Salz: 1,4g / : / :	<b>Wok Red Dragon</b> Wok Red Dragon <sup>1, 2, 4, A, A1, F, I, J</sup>  Zusatzstoffe: 1, 2, 4 Allergene: I, J, K Nährwerte: Kilojoule: 269,2kJ / Kilokalorien: 64,3kcal / Fett: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Zucker: g / Salz: 1,6g / : / :	<b>Wok Rindfleisch</b> Wok Rindfleisch <sup>1, 2, 4, A, A1, F, I, J</sup>  Zusatzstoffe: 1, 2, 5 Allergene: I, J, K Nährwerte: Kilojoule: 269,2kJ / Kilokalorien: 64,3kcal / Fett: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Zucker: g / Salz: 1,6g / : / :
<b>Dessert</b>	<b>Täglich wechselnde Auswahl frischer Desserts vom unserem Dessertbuffet.</b>				
<b>Obst</b>	<b>Täglich wechselnde Auswahl frischer saisonaler Obstsorten von unserem Obstbuffet.</b>				

**Legende**  
 1 mit Farbstoff / 2 mit Konservierungsstoff / 3 mit Antioxidationsmittel / 4 mit Geschmacksverstärker / 5 geschwefelt / 6 geschwärzt / 7 gewachst / 8 mit Phosphat / 9 mit Süßungsmittel(n) / 10 mit einer Zuckerart und Süßungsmittel  
**Allergene und daraus hergestellte Erzeugnisse:**  
 A enthält Gluten - A1 aus Weizen, A2 aus Roggen, A3 aus Gerste, A4 aus Hafer, A5 aus Dinkel / B enthält Krebstiere / C enthält Ei / D enthält Fisch / E enthält Erdnüsse / F enthält Soja / G enthält Milch einschl. Laktose / H enthält Schalenfrüchte - H1 aus Mandeln, H2 aus Haselnuss, H3 aus Walnuss, H4 aus Cashewnuss, H5 aus Pekanus, H6 aus Paranuss, H7 aus Pistazie, H8 aus Macadamianuss / I enthält Sellerie / J enthält Senf / K enthält Sesam / L enthält Schwefeldioxid/Sulfite / M enthält Lupine / N enthält Weichtiere

**Hinweis**  
 Alle Angaben basieren auf der Grundlage unserer Rezepturen. Bei Fragen, Wünschen oder Anregungen wenden Sie sich bitte an den Betriebsleiter. Änderungen im Speiseplan sind vorbehalten.