

SPEISENANGEBOT

Mensa Leichlingen

KW 35	Montag, 29.08.22	Dienstag, 30.08.22	Mittwoch, 31.08.22	Donnerstag, 01.09.22	Freitag, 02.09.22
Tagesgericht	Rindergulasch "ungarische Art" gefüllt mit Zwiebeln und Paprika, dazu Vollkornpasta Rindergulasch ^{A, A1, G} Vollkornreis ¹ 1 A, A1, G Kilojoule: 2745,4kJ / Kilokalorien: 652,5kcal / Fett: 27g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,3g / Zucker: 4,7g / Salz: 2,9g / : / :	Putentasche "Cordon bleu" gefüllt mit Putenschinken dazu Rahmsauce und Rosmarinkartoffeln Putentasche Cordon bleu ^{1, 2, 8, A, A1, A3, G} Rahmsauce ^{1, A, A1, G} Kroketten ^{A, A1} 1, 2, 8 A, A1, A3, G Kilojoule: 3105,8kJ / Kilokalorien: 740,9kcal / Fett: 50,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 20,4g / Zucker: 4g / Salz: 3,5g / : / :	Geflügelbratwurst dazu Kartoffelpüree Geflügelbratwurst Kartoffelpüree ⁶ G Kilojoule: 1530,4kJ / Kilokalorien: 366,7kcal / Fett: 19,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 10,3g / Zucker: 8 / Salz: 2,8g / : / :	Italienische Minestrone mit Geflügelbällchen, Tomaten und Nudeln dazu Brot Minestrone ¹ Geflügelbällchen ^{A, A1, C, I} Baguette ^{A, A1} A, A1, C, I Kilojoule: 1108,2kJ / Kilokalorien: 265,2kcal / Fett: 16,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 4,6g / Zucker: 8,1g / Salz: 2,1g / : / :	Seelachsfilet paniert mit Zitronensauce und Petersilienkartoffeln Seelachsfilet pan. ^{A, A1, C, D} Zitronen Sahnesauce ^{1, G, I} Petersilienkartoffeln ¹ 1 A, A1, C, D, G, I Kilojoule: 2232,9kJ / Kilokalorien: 529,5kcal / Fett: 17,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 4,4g / Zucker: 6,4g / Salz: 3,1g / : / :
Vegetarisch	Blumenkohl-Käse Bratling mit Kräuterquark und Cous Cous Blumenkohl - Käse Medaillon ^{A, A1, G} Kräuter Quark ^{3, 5, G, L} Cous Cous ^{A, A1, I} 3, 5 A, A1, G, I, L Kilojoule: 2434,2kJ / Kilokalorien: 580,9kcal / Fett: 30,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 7,4g / Zucker: 9,7g / Salz: 3,7g / : / :	3 Stück Eierpfannkuchen mit Beerengrütze Eierpfannkuchen ^{A, A1, C, G} Beerengrütze A, A1, C, G Kilojoule: 2043,4kJ / Kilokalorien: 485,9kcal / Fett: 9,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,1g / Zucker: 18,2g / Salz: 1,2g / : / :	Mailänder Gnocchi Pfanne mit buntem Gemüse und Tomatensauce Gnocchipfanne ^{A, A1, C} Tomaten Basilikumsauce ^{1, I} 1 A, A1, C, I Kilojoule: 3048,4kJ / Kilokalorien: 720,8kcal / Fett: 15,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,2g / Zucker: 18,2g / Salz: 5,6g / : / :	Vegetarische Tortellini mit Gemüsefüllung in Käserahmsauce Tortellini Käsesauce ^{1, A, A1, G, I} 1 A, A1, G, I Kilojoule: 1248,2kJ / Kilokalorien: 298kcal / Fett: 19,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 10g / Zucker: g / Salz: 3,8g / : / :	3 Stück Gebackene Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung dazu Dip Kartoffeltaschen ^G Rahmspinat ^{1, A, A1, G, I} 1 A, A1, G, I Kilojoule: 1592,9kJ / Kilokalorien: 380,7kcal / Fett: 21,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 10,7g / Zucker: 3,7g / Salz: 4,3g / : / :
Gemüse	Täglich frisch zubereitetes Tagesgemüse als Beilage zu den Hauptgerichten an unserer Warmausgabe.				
Salat	Täglich wechselnde Auswahl frischer saisonaler Salate als Beilage mit verschiedenen Dressingsorten von unserem Salatbuffet.				
Pizza & Pasta	Pasta Tomatensauce & Bolognesesauce Spiralnudeln ^{A, A1} Tomaten Basilikumsauce ^{1, I} Bolognese Sauce Rind ^{A, A1, I} 1 A, A1, I Kilojoule: 3143,2kJ / Kilokalorien: 746,4kcal / Fett: 24,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 8g / Zucker: 10,6g / Salz: 5,5g / : / :	Pizza Pomodoro & Salami & Schinken Pizza Margarita/Pomodoro ^{A, A1, G} Pizza Salami (Geflügel Halal) ^{2, 3, A, A1, G} Pizza Prosciutto (Geflügel Halal) ^{2, 3, 8, A, A1, G} 2, 3, 8 A, A1, G Kilojoule: 7482,8kJ / Kilokalorien: 1776,9kcal / Fett: 63g / davon gesättigte Fettsäuren: 31,2g / Zucker: 15,5g / Salz: 13,5g / : / :	Pasta Tomatensauce & Bolognesesauce Spiralnudeln ^{A, A1} Tomaten Basilikumsauce ^{1, I} Bolognese Sauce Rind ^{A, A1, I} 1 A, A1, I Kilojoule: 3143,2kJ / Kilokalorien: 746,4kcal / Fett: 24,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 8g / Zucker: 10,6g / Salz: 5,5g / : / :	Pizza Pomodoro & Salami & Schinken Pizza Margarita/Pomodoro ^{A, A1, G} Pizza Salami (Geflügel Halal) ^{2, 3, A, A1, G} Pizza Prosciutto (Geflügel Halal) ^{2, 3, 8, A, A1, G} 2, 3, 8 A, A1, G Kilojoule: 7482,8kJ / Kilokalorien: 1776,9kcal / Fett: 63g / davon gesättigte Fettsäuren: 31,2g / Zucker: 15,5g / Salz: 13,5g / : / :	Pasta Tomatensauce & Bolognesesauce Spiralnudeln ^{A, A1} Tomaten Basilikumsauce ^{1, I} Bolognese Sauce Rind ^{A, A1, I} 1 A, A1, I Kilojoule: 3143,2kJ / Kilokalorien: 746,4kcal / Fett: 24,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 8g / Zucker: 10,6g / Salz: 5,5g / : / :
Aus dem Wok	Wok Curry Huhn Wok Curry Huhn ^{I, J, K} I, J, K Kilojoule: 674,4kJ / Kilokalorien: 161kcal / Fett: 5,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,9g / Zucker: g / Salz: 1,5g / : / :	Wok Gemüse Wokgemüse ^{1, 2, 4, A, A1, F, I, K} 1, 2, 4 A, A1, F, I, K Kilojoule: 718,6kJ / Kilokalorien: 171,3kcal / Fett: 10,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,4g / Zucker: g / Salz: 3,3g / : / :	Wok Karibik Style Wok Karibik Style ^{I, J, K} I, J, K Kilojoule: 661kJ / Kilokalorien: 157,8kcal / Fett: 5,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,9g / Zucker: g / Salz: 1,4g / : / :	Wok Red Dragon Wok Red Dragon ^{1, 2, 4, A, A1, F, I, J} 1, 2, 4 I, J, K Kilojoule: 269,2kJ / Kilokalorien: 64,3kcal / Fett: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Zucker: g / Salz: 1,6g / : / :	Wok Rindfleisch Wok Rindfleisch Hack ^{I, J, K} I, J, K Kilojoule: 938,1kJ / Kilokalorien: 225kcal / Fett: 14,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 5,4g / Zucker: g / Salz: 1,8g / : / :
Dessert	Täglich wechselnde Auswahl frischer Desserts vom unserem Dessertbuffet.				
Obst	Täglich wechselnde Auswahl frischer saisonaler Obstsorten von unserem Obstbuffet.				

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 Pekannuss, 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.