

SPEISENANGEBOT

Mensa Leichlingen

| KW 50 | Montag, 09.12.24 | Dienstag, 10.12.24 | Mittwoch, 11.12.24 | Donnerstag, 12.12.24 | Freitag, 13.12.24 |
|--------------------------|--|--|---|--|--------------------------|
| Tagesgericht | Geschnitzeltes "Züricher Art" von der Pute, dazu Spiralnudeln Geschnitzeltes Züricher Art ^{A, A1, G} Spiralnudeln ^{A, A1} Zusatzstoffe Allergene ^{A, A1, C, G} Nährwerte Kilojoule: 2787,2kJ / Kilokalorien: 659,4kcal / Fett: 18,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 6,4g / Zucker: 5,3g / Salz: 6,2g / : / : | Gebackener Hähnchenunterschenkel mit Bratensauce und Naturreis Hähnchenschenkel Bratensauce ^{1, A, A1} Vollkornreis ¹ 1 A, A1 Kilojoule: 2939,4kJ / Kilokalorien: 699,1kcal / Fett: 34,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,5g / Zucker: 2,4g / Salz: 3,5g / : / : | Gegrilltes Rinderhacksteak dazu Rahmsauce und Salzkartoffeln Rinderhacksteak ^{A, A1, C, I, J} Rahmsauce ^{1, A, A1, G} Salzkartoffeln ¹ 1 A, A1, C, G, I, J Kilojoule: 1785,3kJ / Kilokalorien: 426,7kcal / Fett: 25,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 13,1g / Zucker: 3g / Salz: 3,6g / : / : | Linseneintopf mit Kartoffel- und Gemüseswürfeln, dazu ein Geflügel Wienerle und Graubrot Linseneintopf ^{3, 5, I, L} Wiener Würstchen ^{2, 3, 8, I} Graubrot ^{A, A1, A2} 2, 3, 5, 8 A, A1, A2, I, L Kilojoule: 1505,7kJ / Kilokalorien: 359,2kcal / Fett: 14g / davon gesättigte Fettsäuren: 4,9g / Zucker: g / Salz: 11,7g / : / : | Kurztage |
| Vegetarisch | Gemüsefrikadelle dazu fruchtige Currysauce und Langkornreis Gemüsefrikadelle ^{A, A1, C, F, G, I, K} Currysauce ^{1, G, I} Reis 1 A, A1, C, F, G, I, K Kilojoule: 2319,9kJ / Kilokalorien: 549,2kcal / Fett: 11,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 5,1g / Zucker: g / Salz: 2,2g / : / : | Cremiger Grießbrei mit Fruchtkompott Grießbrei ^{1, A, A1, G} Fruchtkompott 1 A, A1, G Kilojoule: 1719,6kJ / Kilokalorien: 407,9kcal / Fett: 8,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,4g / Zucker: 25,1g / Salz: 0,3g / : / : | Allgäuer Käsespätzle mit Röstzwiebeln und Sahnesauce Käsespätzle ^{A, A1, C, G} Sahne Sauce ^{1, A, A1, G, I} 1 A, A1, C, G, I Kilojoule: 3744,6kJ / Kilokalorien: 889kcal / Fett: 31,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 17g / Zucker: 8,9g / Salz: 5,5g / : / : | Gemüseschnitzel an Tomaten Basilikumsauce dazu Gemüse Cous Cous Gemüseschnitzel ^{A, A1, A4} Tomaten Basilikumsauce ^{1, I} Cous Cous ^{A, A1, I} 1 A, A1, A4, I Kilojoule: 1709,3kJ / Kilokalorien: 407,7kcal / Fett: 21g / davon gesättigte Fettsäuren: 5,2g / Zucker: g / Salz: 2,4g / : / : | Mensa geschlossen |
| 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 / : / : | |
| 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 / : / : | |
| 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 Haselnüssen, H3 aus Walnüssen, H4 aus Cashewnüssen, H5 aus Pekanus, H6 aus Paranüssen, H7 aus Pistazien, H8 aus Macadamianüssen / 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.