

# SPEISEANGEBOT

## Mensa Leichlingen

KW 51	Montag, 14.12.20	Dienstag, 15.12.20	Mittwoch, 16.12.20	Donnerstag, 17.12.20	Freitag, 18.12.20
<b>Tagesgericht</b>	<b>Geflügelgeschnetzeltes in milder Pfeffersauce, dazu Vollkornreis</b>  Geschnetzeltes Züricher Art <sup>A, A1, G</sup> Vollkornreis <sup>1</sup>  Zusatzstoffe Allergene: 1 A, A1, G Nährwerte: Kilojoule: 2398kJ / Kilokalorien: 567,1kcal / Fett: 16,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 6,5g / Zucker: 2,6g / Salz: 2,4g / : / :	<b>Kurztag</b> <b>Mensa ist geschlossen.</b>	<b>3 Stück Cevapcici vom Rind mit Tzaziki, dazu Balkanreis</b>  Cevapcici Rind <sup>C, F</sup> Tzaziki <sup>3, 5, G, L</sup> Djuvecris <sup>1</sup> 3, 5 C, F, G, I, L Kilojoule: 1682,5kJ / Kilokalorien: 401,6kcal / Fett: 16,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,6g / Zucker: g / Salz: 5,9g / : / :	<b>Deftiger Erbseneintopf mit Kartoffel- und Gemüsewürfeln, dazu ein Geflügel Wienerle und Graubrot</b> Erbseneintopf <sup>1</sup> Geflügel Wienerle <sup>2, 3, 8</sup> Graubrot <sup>A, A1, A2</sup> 2, 3, 8 A, A1, A2, I <span style="color: blue;">Komplettmenü</span> Kilojoule: 1456kJ / Kilokalorien: 346,9kcal / Fett: 12,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,2g / Zucker: g / Salz: 2,4g / : / :	<b>Kurztag</b> <b>Mensa ist geschlossen.</b>
<b>Vegetarisch</b>	<b>Vegetarische Frühlingsrolle mit Currysauce und Asianudeln</b>  Vegetarische Frühlingsrolle <sup>A, A1, C, F</sup> Currysauce fruchtig <sup>1, G, I</sup> Mie Nudeln <sup>A, A1, K</sup> 1 A, A1, C, F, G, I, K <span style="color: blue;">Komplettmenü</span> Kilojoule: 2123,1kJ / Kilokalorien: 507,5kcal / Fett: 19,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 4,6g / Zucker: g / Salz: 3,2g / : / :		<b>Fleischfreier Bratling "Vales" Schnitzel aus Milch mit Käsesauce, dazu Vollkornspaghetti</b> Vales Schnitzel <sup>A, A1, A4, C, G</sup> Käsesauce <sup>1, A, A1, G, I</sup> Vollkorn Nudeln <sup>A, A1</sup> 1 A, A1, A4, C, G, I Kilojoule: 2953,9kJ / Kilokalorien: 701,8kcal / Fett: 25,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,1g / Zucker: 6,1g / Salz: 4,3g / : / :	<b>Ricotta Spinaci Cannelloni mit Käse überbacken in Tomaten Basilikumsauce</b>  Cannelloni <sup>A, A1, C, G, I</sup>  A, A1, C, G, I Kilojoule: 1055,6kJ / Kilokalorien: 252,7kcal / Fett: 17,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 9,3g / Zucker: 7g / Salz: 1,2g / : / :	
<b>Gemüse</b>	<b>Kohlrabi in Rahm</b> <sup>1, A, A1, G, I</sup> 1 A, A1, G, I Kilojoule: 376,1kJ / Kilokalorien: 89,9kcal / Fett: 5,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,2g / Zucker: 5g / Salz: 1,7g / : / :		<b>Sommergemüse</b> <sup>1, I</sup> 1 I Kilojoule: 404,1kJ / Kilokalorien: 96,1kcal / Fett: 4,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,2g / Zucker: 6,3g / Salz: 0,8g / : / :	<b>Brokkoli</b> <sup>1, I</sup> 1 I Kilojoule: 315,5kJ / Kilokalorien: 74,7kcal / Fett: 4,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,1g / Zucker: g / Salz: 0,6g / : / :	
<b>oder wahlweise</b>					
<b>Salat</b>	<b>Gurkensalat</b> <sup>3, 5, L</sup> 3, 5 L Kilojoule: 208,1kJ / Kilokalorien: 49,5kcal / Fett: 3,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,3g / Zucker: g / Salz: 0,3g / : / :		<b>Pusztasalat</b> <sup>3, 5, L</sup> 3, 5 L Kilojoule: 186kJ / Kilokalorien: 44,4kcal / Fett: 4,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,4g / Zucker: 0,2g / Salz: 0,5g / : / :	<b>Farmersalat</b> <sup>1, 3, 5, C, G, L</sup> 1, 3, 5 L Kilojoule: 395,5kJ / Kilokalorien: 95,7kcal / Fett: 9,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 1g / Zucker: 1,1g / Salz: 0,5g / : / :	
<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> 1 A, A1, I Kilojoule: 3143,2kJ / Kilokalorien: 746,4kcal / Fett: 24,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 8g / Zucker: 10,6g / Salz: 5,5g / : / :		<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> 1 A, A1, I 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> 2, 3, 8 A, A1, I Kilojoule: 7482,8kJ / Kilokalorien: 1776,9kcal / Fett: 63g / davon gesättigte Fettsäuren: 31,2g / Zucker: 15,5g / Salz: 13,5g / : / :	
<b>Dessert</b>	<b>Götterspeise Kirsch</b> <sup>1</sup> 1 Kilojoule: 850,6kJ / Kilokalorien: 201,5kcal / Fett: 1,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,7g / Zucker: 18,8g / Salz: 0,1g / : / :		<b>Schokoladenpudding</b> <sup>G</sup> G Kilojoule: 580kJ / Kilokalorien: 138kcal / Fett: 6,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 4g / Zucker: 13,8g / Salz: 0,2g / : / :	<b>Anfelmus</b> <sup>3</sup> 3 Kilojoule: 293kJ / Kilokalorien: 69kcal / Fett: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Zucker: 14,3g / Salz: 0,1g / : / :	
<b>oder wahlweise</b>					
<b>Obst</b>	<b>Frisches Obst der Saison</b> Kilojoule(Apfel): 217kJ / Kilokalorien: 52kcal / Fett: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Zucker: g / Salz: 0g / : / :		<b>Frisches Obst der Saison</b> Kilojoule(Birne): 328,5kJ / Kilokalorien: 78kcal / Fett: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Zucker: g / Salz: 0g / : / :	<b>Frisches Obst der Saison</b> Kilojoule(Apfel): 217kJ / Kilokalorien: 52kcal / Fett: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Zucker: g / Salz: 0g / : / :	

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

**Legende**

**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 Pekanuss, **H6** aus Paranuss, **H7** aus Pistazie, **H8** aus Macadamianuss / **I** enthält Sellerie / **J** enthält Senf / **K** enthält Sesam / **L** enthält Schwefeldioxid; Sulfit / **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.