

SPEISENANGEBOT

KW 29	Montag, 13.07.26	Dienstag, 14.07.26	Mittwoch, 15.07.26	Donnerstag, 16.07.26	Freitag, 17.07.26
Tagesgericht	Kleine Hähnchenbrust natur gebraten mit Schnittlauchsauce und Risi Bisi	Hühnersuppentopf mit Lauch Sellerie Möhren Erbse und Reismudeln	Hähnchenschenkel mit Zwiebelsauce und Schwenkkartoffeln	Pfannengyros aus der Putenkeule mit Tzaziki und Vollkornreis	4 Stück Fischstäbchen aus Seelachs -Aus nachhaltigem Fischfang- dazu Kräuterkartoffeln und Joghurt-Remouladensauce
	Hähnchenbrust Schnittlauchsauce g, i Risi Bisi 1, i	Hühnersuppentopf ¹	Hähnchenkeule Zwiebelsauce ¹ Schwenkkartoffeln	Gyros Pute ^{4,1} Tzaziki ^{3,5,6,1} Vollkornreis	Fischstäbchen Remouladensauce 1, 2, 9, A, A1, C, G, J Salzkartoffeln
Nährwerte	Fett: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / KH: 0,1g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 297,2kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 4,3kJ / Eiweiß (Protein): 12,1mg	Fett: 1,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,4g / KH: 14,4g / Zucker: g / Kilokalorien: 180,5kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 649,8kJ / Eiweiß (Protein): 3,4g	Fett: 1,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,4g / KH: 14,4g / Zucker: g / Kilokalorien: 180,5kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 649,8kJ / Eiweiß (Protein): 3,4g	Fett: 2,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,5g / KH: 65,5g / Zucker: g / Kilokalorien: 481,6kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 1531,2kJ / Eiweiß (Protein): 8g	Fett: 1,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,3g / KH: 33g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 535,6kcal / Salz: 0,8g / Kilojoule: 978,3kJ / Eiweiß (Protein): 18,6g
oder wahlweise					
Vegetarisch	Pellkartoffeln mit Schnittlauchquark	Käsemakkaroni kurze Makkaroninudeln mit Käse überbacken	Cremiger Grießbrei mit Fruchtkompott	Brokkoli-Käse-Knuspermedaillon dazu Kräuterquark und Kartoffeldrillinge	Tomatencremesuppe mit Kichererbsen und Weißenbohnen und Gemüse dazu Vollkorn Baguette
	Drillinge Kartoffel Pellkartoffel Schnittlauch Quark ^{3,5,6,1}	Käsemakkaroni ^{A, A1, C, F, G} Tomaten Basilikumsauce ^{1,1}	Grießbrei ^{1, A, A1, G} Fruchtkompott	Brokkoli Nußcke ^{A, A1, G} Schnittlauch Quark ^{3,5,6,1} Drillinge Kartoffel	Tomatencremesuppe ^{A, A1, J} Vollkornbaguette ^{A, A1, A3, G}
Nährwerte	Fett: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / KH: 20,8g / Zucker: 0,1g / Kilokalorien: 164kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 490kJ / Eiweiß (Protein): 2,7g	Fett: 8,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 6g / KH: 7,2g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 686,3kcal / Salz: 0,6g / Kilojoule: 658,2kJ / Eiweiß (Protein): 7,2g	Fett: 2,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,4g / KH: 63,7g / Zucker: g / Kilokalorien: 556,1kcal / Salz: 1,5g / Kilojoule: 1476kJ / Eiweiß (Protein): 9,9g	Fett: 2,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,3g / KH: 23,3g / Zucker: 0,1g / Kilokalorien: 404kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 621,1kJ / Eiweiß (Protein): 3,2g	Fett: 7,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,1g / KH: 85,5g / Zucker: g / Kilokalorien: 547,4kcal / Salz: 0,6g / Kilojoule: 2251,1kJ / Eiweiß (Protein): 19,1g
oder wahlweise					
Salat	Täglich frische Salatbar	Täglich frische Salatbar	Täglich frische Salatbar	Täglich frische Salatbar	Täglich frische Salatbar
oder wahlweise					
Pizza & Pasta	Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen	Pizza Pomodoro & Salami & Schinken	Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen	Pizza Pomodoro & Salami & Schinken	Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen
	Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce ^{1,1} Bolognese Sauce Rind ¹	Pizza Margarita/Pomodoro ^G Pizza Salami ^{2,3,6,1,1} Pizza Prosciutto ^{2,3,8,6}	Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce ^{1,1} Bolognese Sauce Rind ¹	Pizza Margarita/Pomodoro ^G Pizza Salami ^{2,3,6,1,1} Pizza Prosciutto ^{2,3,8,6}	Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce ^{1,1} Bolognese Sauce Rind ¹
Nährwerte	Fett: 11,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,6g / KH: 80,5g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 542,8kcal / Salz: 0,5g / Kilojoule: 2278,4kJ / Eiweiß (Protein): 24,7g	Fett: 19,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 9,8g / KH: 80,6g / Zucker: 0,1g / Kilokalorien: 635,4kcal / Salz: 1,9g / Kilojoule: 2690,5kJ / Eiweiß (Protein): 24,8g	Fett: 15,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 5,2g / KH: 86,4g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 641,7kcal / Salz: 0,5g / Kilojoule: 2690,5kJ / Eiweiß (Protein): 32,1g	Fett: 19,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 9,8g / KH: 80,6g / Zucker: 0,1g / Kilokalorien: 635,4kcal / Salz: 1,9g / Kilojoule: 2690,5kJ / Eiweiß (Protein): 24,8g	Fett: 11,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,6g / KH: 80,5g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 542,8kcal / Salz: 0,5g / Kilojoule: 2278,4kJ / Eiweiß (Protein): 24,7g
Dessert	Täglich frische Dessertbar	Täglich frische Dessertbar	Täglich frische Dessertbar	Täglich frische Dessertbar	Täglich frische Dessertbar
oder wahlweise					
Obst	Obst	Obst	Obst	Obst	Obst
	Kilokalorien: 53kcal / KH: 11,4g / BE: 18E / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 217kJ	Kilokalorien: 142,5kcal / KH: 32,1g / BE: 2,7BE / Fett: 0,3g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 597kJ	Kilokalorien: 78kcal / KH: 18,6g / BE: 1,5BE / Fett: 0,5g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 328,5kJ	Kilokalorien: 53kcal / KH: 11,4g / BE: 18E / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 217kJ	Kilokalorien: 61kcal / KH: 10,8g / BE: 0,9BE / Fett: 0,6g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / Kilojoule: 255kJ
Hinweis					

Bis zur angestrebten Zertifizierung durch die Deutsche Gesellschaft für Ernährung sind die Hauptkomponenten der jeweiligen Gerichte grün markiert

Die grün hinterlegten Komponenten entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert und mit dem DGE-Logo ausgezeichnet.



Betriebsstätte:
Mensa Leichlingen
Am Hammer 1b
42799 Leichlingen
Ansprechpartner: Hr Metje
Telefon: 02175/8849728/-35
Mail: mensa.leichlingen@die-kette.de



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

Hinweis 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 einschließlich Laktose / H enthält Schalenfrüchte - H1 aus Mandeln, H2 aus Haselnüssen, H3 aus Walnüssen, H4 aus Cashewnüssen, H5 aus Pekanüssen, 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
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. Wir sind ein EU-zertifizierter Auslieferungsbetrieb.