

SPEISENANGEBOT
DGE 5

KW 38	Montag, 14.09.26	Dienstag, 15.09.26	Mittwoch, 16.09.26	Donnerstag, 17.09.26	Freitag, 18.09.26
Tagesgericht	4 Stück Köttbular Geflügel mit Rahmsauce dazu Schwenkkartoffeln	Hähnchensteak mit Vollkornreis und Tomaten-Basilikumsauce	5 St Chicken Nuggets dazu Kartoffelwedges und Ketchupsauce	Deftiger Linseneintopf mit Kartoffel- und Gemüsegewürfeln Lauch Sellerie Möhren dazu Geflügelwienerte und Baguette	Geflügelfeischkäse mit buntem Nudelsalat
	Köttbular Geflügel ^{A, A1, C, G, L, I} Rahmsauce ^{1, G} Kartoffel	Hähnchenbrust Basilikum-Tomatensauce ^{1, I} Vollkorn Reis	Chicken Nuggets ^{8, A, A1} Ketchup ^{2, 10, A, A1, I} Kartoffelspalten	Linseneintopf I Geflügelwienerte	Puten Fleischkäse ^{2, 3, 8} Nudelsalat ^{3, 5, 9, 1, L}
	Nährwerte Fett: 0,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,5g / KH: 26,1g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 367,2kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 1344,2kJ / Eiweiß (Protein): 3,1g	Fett: 3,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / KH: 66,1g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 491,2kcal / Salz: 0,7g / Kilojoule: 2059,8kJ / Eiweiß (Protein): 39,2g	Fett: 3,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / KH: 66,1g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 491,2kcal / Salz: 0,7g / Kilojoule: 2059,8kJ / Eiweiß (Protein): 39,2g	Fett: 0,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / KH: 60,6g / Zucker: g / Kilokalorien: 363,1kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 1334,3kJ / Eiweiß (Protein): 7g	Fett: 13,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,6g / KH: 66,3g / Zucker: g / Kilokalorien: 645,4kcal / Salz: 0,6g / Kilojoule: 1931kJ / Eiweiß (Protein): 16,7g
oder wahlweise					
Vegetarisch	Vollkornnudeln und Gemüsesauce aus Möhren, Mais, Erbsen	Kartoffelauflauf mit Brokkoli in Sahnesauce	Warmer Milchreis mit Zimt und Zucker	Cannelloni mit Ricotta Spinatfüllung in Tomatensauce überbacken	Käse Lauch Suppe vegetarisch mit Kartoffelwürfeln und Schmelzkäse dazu Vollkornbrötchen
	Vollkorn Nudeln ^{A, A1} Gemüseolognese ^{A, A1, I}	Kartoffelauflauf ^{G, I}	Milchreis ^{1, G} Zimt und Zucker	Cannelloni ^{A, A1, C, G, I}	Käse Lauchsuppe vege ^{G, I} Baguette ^{A, A1, K}
	Nährwerte Fett: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / KH: 5,7g / Zucker: g / Kilokalorien: 45,6kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 190,8kJ / Eiweiß (Protein): 4,3g	Fett: 14,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 10g / KH: 22,7g / Zucker: 0,1g / Kilokalorien: 343,6kcal / Salz: 1g / Kilojoule: 1291,2kJ / Eiweiß (Protein): 13g	Fett: 0,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / KH: 8,8g / Zucker: 6,2g / Kilokalorien: 62,1kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 260,4kJ / Eiweiß (Protein): 4,6g	Fett: 2,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,5g / KH: 7,2g / Zucker: 2,7g / Kilokalorien: 56,7kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 262,9kJ / Eiweiß (Protein): 1,4g	Fett: 0,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,3g / KH: 17,9g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 129kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 539,6kJ / Eiweiß (Protein): 9,9g
Gemüse	Balkangemüse Brechbohnen, Erbsen, Möhren, Mais	Möhrengemüse	Gartengemüse Erbsen Möhren Blumenkohl Bohnen	Blumenkohl	Erbsen
	Fett: 3,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,5g / KH: 73,9g / Zucker: g / Kilokalorien: 440,6kcal / Salz: 0,2g / Kilojoule: 1765,5kJ / Eiweiß (Protein): 17,3g	Fett: 9,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 6,1g / KH: 9,4g / Zucker: 3,2g / Kilokalorien: 504,3kcal / Salz: 0,6g / Kilojoule: 720,7kJ / Eiweiß (Protein): 9,1g	Fett: 5,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,8g / KH: 44,7g / Zucker: / Kilokalorien: 257,8kcal / Salz: 1,4g / Kilojoule: 1074,7kJ / Eiweiß (Protein): 5,6g	Fett: 19,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,8g / KH: 9,4g / Zucker: 0,1g / Kilokalorien: 241,3kcal / Salz: 0,8g / Kilojoule: 1014,6kJ / Eiweiß (Protein): 9,9g	Fett: 11,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,7g / KH: 23,6g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 225,9kcal / Salz: 0,2g / Kilojoule: 905,9kJ / Eiweiß (Protein): 4,4g
	Nährwerte	Nährwerte	Nährwerte	Nährwerte	Nährwerte
Salat	Feiner Möhrensalat	Bunter Blattsalat Lollo Rosso/Bionda Eichblatt mit Americandressing ^{C, G}	Farmersalat Weißkohl, Möhren, Sellerie, Äpfel	Eisbergsalat mit Frenchdressing ^{1, C, G}	Gurkensalat in Joghurtsauce ^G
	Kilokalorien: 31,9kcal / KH: 4,5g / BE: 0,4BE / Fett: 0,1g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 135,5kJ	Kilokalorien: 72,6kcal / KH: 2,9g / BE: 0,2BE / Fett: 6,4g / Zucker: 2,4g / Salz: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / Kilojoule: 300,4kJ	Kilokalorien: 68,9kcal / KH: 6,2g / BE: 0,5BE / Fett: 2,9g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / Kilojoule: 289,9kJ	Kilokalorien: 78,6kcal / KH: 4,5g / BE: 0,4BE / Fett: 5,9g / Zucker: g / Salz: 0,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,5g / Kilojoule: 325,9kJ	Kilokalorien: 70,3kcal / KH: 4,7g / BE: 0,4BE / Fett: 2,5g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,6g / Kilojoule: 299,7kJ
	Nährwerte	Nährwerte	Nährwerte	Nährwerte	Nährwerte
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, I} Bolognese Sauce Rind ^I	Pizza Margarita/Pomodoro ^G Pizza Salami ^{2, 3, G, L, I} Pizza Prosciutto ^{2, 3, 8, G}	Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce ^{1, I} Bolognese Sauce Rind ^I	Pizza Margarita/Pomodoro ^G Pizza Salami ^{2, 3, G, L, I} Pizza Prosciutto ^{2, 3, 8, G}	Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce ^{1, I} Bolognese Sauce Rind ^I
	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	Nährwerte 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	Nährwerte Fett: 15,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 5,2g / KH: 86,4g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 641,7kcal / Salz: 0,5g / Kilojoule: 2695kJ / Eiweiß (Protein): 32,1g	Nährwerte 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	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
Dessert	Vanillepudding ^G	Pfirsichjoghurt ^G	Apfelmus ³	Schokoladenpudding ^G	Birnenquark ^G
	Fett: 3,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,8g / KH: 20,9g / Zucker: / Kilokalorien: 126kcal / Salz: 0,2g / Kilojoule: 529kJ / Eiweiß (Protein): 3,1g	Fett: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / KH: 3,6g / Zucker: / Kilokalorien: 32,3kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 135,2kJ / Eiweiß (Protein): 3,7g	Fett: / davon gesättigte Fettsäuren: / KH: / Zucker: 0g / Kilokalorien: 67kcal / Salz: 0g / Kilojoule: / Eiweiß (Protein):	Fett: 16g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,3g / KH: 30,8g / Zucker: / Kilokalorien: 299kcal / Salz: 0,3g / Kilojoule: 1253kJ / Eiweiß (Protein): 7,9g	Fett: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / KH: 6,5g / Zucker: g / Kilokalorien: 76,4kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 320,6kJ / Eiweiß (Protein): 11,5g
	Nährwerte	Nährwerte	Nährwerte	Nährwerte	Nährwerte
oder wahlweise					
Obst	Obst	Obst	Obst	Obst	Obst
	Kilokalorien: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 1BE / 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: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 1BE / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 217kJ	Kilokalorien: 63kcal / KH: 10,8g / BE: 0,9BE / Fett: 0,6g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 255kJ
	Nährwerte	Nährwerte	Nährwerte	Nährwerte	Nährwerte
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
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 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. Wir sind ein EU-zertifizierter Auslieferungsbetrieb.