

SPEISENANGEBOT
DGE

| KW 47 | Montag 17.11.2025 | Dienstag 18.11.2025 | Mittwoch 19.11.2025 | Donnerstag 20.11.2025 | Freitag 21.11.2025 |
|----------------|---|---|---|---|---|
| Tagesgericht | Geflügelbratwurst mit Bratensauce dazu Kartoffelstampf | Rinderulasch "Ungarische Art" mit Zwiebeln und Paprika, dazu Vollkornreis | 2 St Fleischklößchen Geflügel in Tomatensauce mit Vollkornreis | 2 Stück Geflügel Wienerwürstchen dazu bunter Nudelsalat | Schollenfilet paniert aus nachhaltigen Fischfang mit Dillsauce und Salzkartoffeln |
| | Geflügelbratwurst Bratensauce ¹ Kartoffelstampf ⁶ | Rinderulasch ⁶ Vollkornreis | Geflügelkräuterbällchen ^{8, A, A1, C, I} Tomaten Basilikumsauce ^{1, I} Vollkornreis | Geflügel Wiener ^{2, 3, 8, G, I, J} Nudelsalat ^{2, A, A1, J} | Scholle paniert Dillsauce ^{9, G, I, J} Salzkartoffeln |
| Nährwerte | Fett: 14,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 7g / KH: 17,6g / Zucker: g / Kilokalorien: 295,4kcal / Salz: 1,7g / Kilojoule: 1233kJ / Eiweiß (Protein): 18,6g | Fett: 2,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,1g / KH: 65,5g / Zucker: 1,2g / Kilokalorien: 568,7kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 2442,6kJ / Eiweiß (Protein): 7,5g | Fett: 1,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,5g / KH: 66g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 511,9kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 1346,7kJ / Eiweiß (Protein): 6,3g | Fett: 2,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,1g / KH: 65,6g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 568,4kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 2442,1kJ / Eiweiß (Protein): 7,5g | Fett: 15,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,6g / KH: 41,9g / Zucker: g / Kilokalorien: 452,6kcal / Salz: 1,1g / Kilojoule: 1986,2kJ / Eiweiß (Protein): 27,2g |
| oder wahlweise | | | | | |
| Vegetarisch | Vegetarische Tortellini mit Gemüsefüllung in Käserahmsauce | Blumenkohl-Käse Bratling mit Kräuterquark und Cous Cous | Mailänder Gnocchi Pfanne mit Paprika, Zucchini, und Zwiebeln dazu Tomatensauce | Kartoffelauflauf mit Brokkoli in Sahnesauce | 2 Stück Gebackene Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung dazu Rahngemüse |
| | Tortellini Käsesauce ^{G, I} | Blumenkohl - Käse Medaillon Kräuter Quark ^{1, 5, G, L} Cous Cous ^{A, I} | Gnocchipfanne ^{A, A1, C} Tomaten Basilikumsauce ^{1, I} | Blumenkohl - Käse Medaillon Kräuter Quark ^{3, 5, G, L} Cous Cous ^{A, I} | Kartoffeltaschen ^G Rahngemüse ^{G, I} |
| Nährwerte | Fett: 9,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 5,7g / KH: 23,3g / Zucker: g / Kilokalorien: 253,1kcal / Salz: 0,7g / Kilojoule: 1125,6kJ / Eiweiß (Protein): 8,9g | Fett: 10,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,6g / KH: 5,1g / Zucker: 0,1g / Kilokalorien: 500,7kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 619,2kJ / Eiweiß (Protein): 3,8g | Fett: 12,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,5g / KH: 130,9g / Zucker: g / Kilokalorien: 701,7kcal / Salz: 3,9g / Kilojoule: 2970,4kJ / Eiweiß (Protein): 12,5g | Fett: 10,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,6g / KH: 5,1g / Zucker: 0,1g / Kilokalorien: 500,7kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 619,2kJ / Eiweiß (Protein): 3,8g | Fett: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / KH: 16,8g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 393,1kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 123,7kJ / Eiweiß (Protein): 7g |
| Gemüse | Rahmsauerkraut ^{1, G, I} | Balkangemüse Brechbohnen, Erbsen, Möhren, Mais | Mischgemüse Erbsen, Möhren | Blumenkohl | Kaisergemüse Brokkoli, Blumenkohl, Möhre |
| | Fett: 5,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,3g / KH: 8,4g / Zucker: g / Kilokalorien: 107,2kcal / Salz: 0,8g / Kilojoule: 438,2kJ / Eiweiß (Protein): 1,8g | Fett: 0,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,3g / KH: 5,7g / Zucker: g / Kilokalorien: 45,6kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 190,8kJ / Eiweiß (Protein): 4,3g | Fett: 0,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / KH: 14,7g / Zucker: / Kilokalorien: 99,2kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 415,6kJ / Eiweiß (Protein): 8,2g | Fett: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / KH: 3,5g / Zucker: g / Kilokalorien: 33,9kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 144,1kJ / Eiweiß (Protein): 3,7g | Fett: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / KH: 2,9g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 38,1kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 164,8kJ / Eiweiß (Protein): 3,3g |
| oder wahlweise | | | | | |
| Salat | Eisbergsalat Dressing Joghurt ^{C, G} | Möhrensalat ^{3, 5, L} | Eisbergsalat Dressing American ^{1, C, J} | Gurkensalat ^{3, 5, L} | Kraut Salat ^{3, 5, L} |
| | Fett: 3,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,7g / KH: 2,5g / Zucker: 2g / Kilokalorien: 45kcal / Salz: 0,3g / Kilojoule: 186,1kJ / Eiweiß (Protein): 1g | Fett: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / KH: 4,5g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 31,9kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 135,3kJ / Eiweiß (Protein): 663mg | Fett: 6,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / KH: 5,4g / Zucker: g / Kilokalorien: 85,2kcal / Salz: 0,5g / Kilojoule: 353,5kJ / Eiweiß (Protein): 954,3mg | Fett: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / KH: 3,5g / Zucker: g / Kilokalorien: 34,8kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 150,7kJ / Eiweiß (Protein): 469,2mg | Fett: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / KH: 2,9g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 38,1kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 164,8kJ / Eiweiß (Protein): 3,3g |
| 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, I, J} Pizza Prosciutto ^{2, 3, 8, G} | Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce ^{1, I} Bolognese Sauce Rind ^I | Pizza Margarita/Pomodoro ^G Pizza Salami ^{2, 3, G, I, J} 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 | 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 | Stracciatellajoghurt | Milchreis kalt Dessert ^{1, G} | Fruchtquark Apfel Pfirsich ^G | Kuchenstück ^{A, A1, C, G} | Vanillepudding |
| | Fett: 3,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,3g / KH: 20,2g / Zucker: / Kilokalorien: 132kcal / Salz: 0,2g / Kilojoule: 552kJ / Eiweiß (Protein): 3,4g | Fett: 1,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,9g / KH: 6,4g / Zucker: / Kilokalorien: 86,8kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 231,5kJ / Eiweiß (Protein): 3,1g | Fett: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / KH: 9,5g / Zucker: g / Kilokalorien: 91,2kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 391,1kJ / Eiweiß (Protein): 12g | Fett: 9,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,7g / KH: 32,6g / Zucker: 18,6g / Kilokalorien: 243,7kcal / Salz: 0,4g / Kilojoule: 1022,1kJ / Eiweiß (Protein): 5,7g | Fett: 3,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,8g / KH: 20,9g / Zucker: / Kilokalorien: 126kcal / Salz: 0,2g / Kilojoule: 529kJ / Eiweiß (Protein): 3,1g |
| oder wahlweise | | | | | |
| Obst | Obst | Obst | Obst | Obst | Obst |
| | Kilokalorien: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 18g / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 217kJ | Kilokalorien: 142,5kcal / KH: 32,1g / BE: 2,7g / Fett: 0,3g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 597kJ | Kilokalorien: 78kcal / KH: 18,6g / BE: 1,58g / Fett: 0,5g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 238,5kJ | Kilokalorien: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 18g / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 217kJ | Kilokalorien: 61kcal / KH: 10,8g / BE: 0,98g / Fett: 0,6g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 255kJ |
| Hinweis | Bis zur angestrebten Zertifizierung durch die Deutsche Gesellschaft für Ernährung sind die Hauptkomponenten der jeweiligen Gerichte grün markiert | | | | |



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

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.



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 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

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.