S P E I S E N A N G E B O T
DGE

KW 49	Montag, 1. Dezember 2025	Dienstag, 2. Dezember 2025	Mittwoch, 3. Dezember 2025	Donnerstag, 4. Dezember 2025	Freitag, 5. Dezember 2025
Tagesgericht	**Kleine Hähnchenbrust natur gebraten mit Schnittlauchsauce und Risi Bisi** Hähnchenbrust Schnittlauchsauce g, i Risi Bisi 1, i	**Hühnersuppentopf mit Lauch Sellerie Möhren Erbse und Reisnudeln** Hühnersuppentopf [1] Komplettmenü	**Hähnchenschenkel mit Zwiebelsauce und Schwenkkartoffeln** Hähnchenkeule Zwiebelsauce [1] Schwenkkartoffeln	**Pfannengyros aus der Putenkeule mit Tzaziki und Vollkornreis** Gyros Pute [4, J] Tzaziki [3, 5, G, L] Vollkornreis	**4 Stück Fischstäbchen aus Seelachs -Aus nachhaltigem Fischfang- dazu Kräuterkartoffeln und Joghurt- Remouladensauce** Fischstäbchen Remouladensauce 1, 2, 9, A, A1, C, G, J Salzkartoffeln
Nährwerte	Fett: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: / KH: 0,1g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 297,2kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 4,3kJ / Eiweiß (Protein): 12,1µg	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** Drillinge Kartoffel Pellkartoffel Schnittlauch Quark [3, 5, G, L] vegetarisch	**Käsemakkaroni kurze Makkaroninudeln mit Käse überbacken** Käsemakkaroni [A, A1, C, F, G] Tomaten Basilikumsauce [1, I] vegetarisch	**Tomatencremesuppe mit Kichererbsen und weißen Bohnen und Gemüse(Paprika, Zucchini, Aubergine) dazu ein Vollkornbrötchen** Tomatencremesuppe [A, A1, I] Brötchen [A, A1, A3, G] Komplettmenü vegan	**Brokkoli-Käse-Knuspermedaillon dazu Kräuterquark und Kartoffeldrillinge** Brokkoli Nußecke [A, A1, G] Schnittlauch Quark [3, 5, G, L] Drillinge Kartoffel Komplettmenü vegetarisch	**Bami Goreng vegan Asia Bratnudeln mit Gemüse Weißkohl Paprika Möhren Sprossen** Bami Goreng A, A1, F, K Komplettmenü vegan
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
Gemüse	**Sommergemüse, Bohnen, Erbsen, Möhren Blumenkohl** vegan	**Mischgemüse Erbsen, Möhren** vegan	**Kohlrabi in Rahm** vegetarisch	**Brokkoli** vegan	**Wok Gemüse Karotten, Weißkohl, Paprika** vegan
Nährwerte	Fett: 0,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / KH: 10,2g / Zucker: 7,1g / Kilokalorien: 71,6kcal / Salz: 0,2g / Kilojoule: 300,1kJ / Eiweiß (Protein): 5,4g	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: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / KH: 7,7g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 50,2kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 241,9kJ / Eiweiß (Protein): 1,6g	Fett: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / KH: 3,7g / Zucker: g / Kilokalorien: 39,3kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 166,5kJ / Eiweiß (Protein): 4,9g	Fett: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / KH: 0,6g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 85,2kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 197,5kJ / Eiweiß (Protein): 105,2mg
			oder wahlweise		
Salat	**Salatmix Lollo Rosso Eisberg Radiccio mit Joghurtdressing [C,G]**	**Weißkohlsalat [3,5,L]**	**Feiner Möhrensalat [3,5,L]**	**Rote Beete Salat [3,5,9,L]**	**Bunter Salat Mix Eisberg Möhrenstreifen Mais mit Joghurtdressing [C,G]**
Nährwerte	Fett: 3,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,7g / KH: 3,6g / Zucker: 2g / Kilokalorien: 52,6kcal / Salz: 0,3g / Kilojoule: 218,8kJ / Eiweiß (Protein): 1,5g	Fett: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / KH: 2,9g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 38,1kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 164,8kJ / Eiweiß (Protein): 801,9mg	Fett: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / KH: 4,5g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 31,9kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 135,5kJ / Eiweiß (Protein): 663mg	Fett: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / KH: 0,4g / Zucker: g / Kilokalorien: 34,6kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 50,1kJ / Eiweiß (Protein): 88,8mg	Fett: 3,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,7g / KH: 2,5g / Zucker: 2g / Kilokalorien: 45kcal / Salz: 0,3g / Kilojoule: 186,1kJ / Eiweiß (Protein): 1g
			oder wahlweise		
Pizza & Pasta	**Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen** Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce [1, I] Bolognese Sauce Rind [I]	**Pizza Pomodoro & Salami & Schinken** Pizza Margarita/Pomodoro [G] Pizza Salami [2, 3, G, I, J] Pizza Prosciutto [2, 3, 8, G]	**Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen** Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce [1, I] Bolognese Sauce Rind [I]	**Pizza Pomodoro & Salami & Schinken** Pizza Margarita/Pomodoro [G] Pizza Salami [2, 3, G, I, J] Pizza Prosciutto [2, 3, 8, G]	**Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen** 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: 2695kJ / 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	**Wackelpudding [1]**	**Apfelmus [3]**	**Pfirsichjoghurt [G]**	**Vanillequark [G]**	**Schokoladenpudding [G]**
Nährwerte	Fett: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / KH: 9,4g / Zucker: g / Kilokalorien: 170,9kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 641,1kJ / Eiweiß (Protein): 2g	Fett: 1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / KH: 11g / Zucker: g / Kilokalorien: 161,9kcal / Salz: 0,2g / Kilojoule: 716,7kJ / Eiweiß (Protein): 4,6g	Fett: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / KH: 8,9g / Zucker: g / Kilokalorien: 169,5kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 627,8kJ / Eiweiß (Protein): 2g	Fett: 0,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / KH: 8,9g / Zucker: g / Kilokalorien: 61,7kcal / Salz: 0,3g / Kilojoule: 255,7kJ / Eiweiß (Protein): 3,2g	Fett: 6,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,7g / KH: 9g / Zucker: g / Kilokalorien: 203,5kcal / Salz: 0,2g / Kilojoule: 860,9kJ / Eiweiß (Protein): 15,9g
			oder wahlweise		
Obst	**Obst**	**Obst**	**Obst**	**Obst**	**Obst**
Nährwerte	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: 61kcal / KH: 10,8g / BE: 0,9BE / 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**				

Die Kette KochWerk
gemeinnützig

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.

DGE

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 Pekanuss, **H6** aus Paranuss, **H7** aus Pistazie, **H8** 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.