

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

KW 51	Montag, 15. Dezember 2025	Dienstag, 16. Dezember 2025	Mittwoch, 17. Dezember 2025	Donnerstag, 18. Dezember 2025	Freitag, 19. Dezember 2025
Tagesgericht	<b>Hühnerfrikassee mit Erbsen und Möhren in der Sauce dazu Vollkornreis</b> Hühnerfrikassee <sup>A, C, F, G, I, J</sup> Vollkornreis Nährwerte Fett: 2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,5g / KH: 83,7g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 565,6kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 2468,4kj / Eiweiß (Protein): 8,7g	<b>Rinderhacksteak mit Bratensauce dazu Schwenkkartoffeln</b> Rinderfrikadelle <sup>A, A1, C</sup> Bratensauce <sup>1</sup> Kartoffel Nährwerte Fett: 1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / KH: 19,7g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 397kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 541,6kj / Eiweiß (Protein): 3,2g	<b>Hähnchenschnitzel mit Paprikarahmsauce dazu Eierspätzle</b> Hähnchenschnitzel <sup>8, A, A1, C</sup> Paprika Rahmsauce <sup>1, G</sup> Spätzle Nährwerte Fett: 1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / KH: 19,7g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 397kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 541,6kj / Eiweiß (Protein): 3,2g	<b>Erbseeneintopf mit Kartoffelwürfeln, Lauch Sellerie Möhren dazu ein Geflügelwienerle und ein Brötchen</b> Erbseeneintopf <sup>1</sup> Geflügel Wiener <sup>2, 3, 8, G, I, J</sup> Brötchen <sup>A, A1, A3, G</sup>  <i>Komplettmenü</i> Nährwerte Fett: 1,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,3g / KH: 51,4g / Zucker: g / Kilokalorien: 371,1kcal / Salz: 1,1g / Kilojoule: 1778,2kj / Eiweiß (Protein): 12,5g	<b>Kurztag</b>
Vegetarisch	<b>YUM YUM Thai Suppe vegan mit Lauch Sellerie Möhren Paprika Erbsen Bambussprossen</b> Thai Suppe <sup>A, A1, C, F, G, I, J, K</sup>  <i>Komplettmenü</i>	<b>Fleischfreier Bratling "Valess"</b> Schnitzel aus Milch mit Käsesauce dazu Vollkornnuedeln Valess Schnitzel <sup>A, A1, A4, C, G</sup> Käsesauce <sup>G, I</sup> Vollkorn Nudeln Nährwerte Fett: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / KH: 4,2g / Zucker: 0,2g / Kilokalorien: 69,4kcal / Salz: 0,9g / Kilojoule: 154,3kj / Eiweiß (Protein): 1,6g	<b>Blumenkohl Käse Bratling mit Kartoffeln und Kräuterdip</b> Blumenkohl - Käse Medaillon Kräuter Quark <sup>3, 5, G, L</sup> Salzkartoffeln Nährwerte Fett: 0,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / KH: 23,9g / Zucker: g / Kilokalorien: 183,6kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 619,4kj / Eiweiß (Protein): 3,6g	<b>Rahmspinat mit Kartoffeln und Rührei</b> Rahmspinat <sup>G, I</sup> Rührei <sup>1, G, J</sup> Salzkartoffeln Nährwerte Fett: 10,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,1g / KH: 28,9g / Zucker: g / Kilokalorien: 342,7kcal / Salz: 0,4g / Kilojoule: 1480,3kj / Eiweiß (Protein): 16,8g	<b>Mensa geschlossen</b>
Gemüse	<b>Balkangemüse Brechbohnen, Erbsen, Möhren, Mais</b> 	<b>Möhrengemüse</b> 	<b>Gartengemüse Erbsen Möhren Blumenkohl Bohnen</b> 	<b>Brokkoli</b> 	
Salat	<b>Feiner Möhrensalat</b> Kiloalorien: 31,9kcal / KH: 4,5g / BE: 0,4BE / Fett: 0,1g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 135,5kj	<b>Bunter Blattsalat Lollo Rosso/Bionda Eichblatt mit Americandressing <sup>G</sup></b> Kiloalorien: 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	<b>Farmersalat Weißkohl, Möhren, Sellerie, Äpfel</b> Kiloalorien: 68,9kcal / KH: 6,2g / BE: 0,5BE / Fett: 2,9g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,4g / Kilojoule: 289,9kj	<b>Eisbergsalat mit Frenchdressing <sup>G</sup></b> Kiloalorien: 78,6kcal / KH: 4,9g / BE: 0,4BE / Fett: 5,9g / Zucker: g / Salz: 0,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,5g / Kilojoule: 325,9kj	
Pizza & Pasta	<b>Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen</b> Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce <sup>1, I</sup> Bolognese Sauce Rind <sup>1</sup> Nährwerte Fett: 11,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,6g / KH: 80,5g / Zucker: 0g / Kiloalorien: 542,8kcal / Salz: 0,5g / Kilojoule: 2278,4kj / Eiweiß (Protein): 24,7g	<b>Pizza Pomodoro &amp; Salami &amp; Schinken</b> Pizza Margarita/Pomodoro <sup>G</sup> Pizza Salami <sup>2, 3, G, I, J</sup> Pizza Prosciutto <sup>2, 3, 8, G</sup> Nährwerte Fett: 19,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 9,8g / KH: 80,6g / Zucker: 0,1g / Kiloalorien: 635,4kcal / Salz: 1,9g / Kilojoule: 2690,5kj / Eiweiß (Protein): 24,8g	<b>Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen</b> Spiralnudeln Tomaten Basilikumsauce <sup>1, I</sup> Bolognese Sauce Rind <sup>1</sup> Nährwerte Fett: 19,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 5,2g / KH: 86,4g / Zucker: 0g / Kiloalorien: 641,7kcal / Salz: 0,5g / Kilojoule: 2695kj / Eiweiß (Protein): 32,1g	<b>Pizza Pomodoro &amp; Salami &amp; Schinken</b> Pizza Margarita/Pomodoro <sup>G</sup> Pizza Salami <sup>2, 3, G, I, J</sup> Pizza Prosciutto <sup>2, 3, 8, G</sup> Nährwerte Fett: 19,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 9,8g / KH: 80,6g / Zucker: 0,1g / Kiloalorien: 635,4kcal / Salz: 1,9g / Kilojoule: 2690,5kj / Eiweiß (Protein): 24,8g	
Dessert	<b>Vanillepudding <sup>G</sup></b> Nährwerte Fett: 3,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,8g / KH: 20,9g / Zucker: / Kiloalorien: 126kcal / Salz: 0,2g / Kilojoule: 529kj / Eiweiß (Protein): 3,1g	<b>Pfirsichjoghurt <sup>G</sup></b> Nährwerte Fett: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / KH: 3,6g / Zucker: / Kiloalorien: 32,3kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 135,3kj / Eiweiß (Protein): 3,7g	<b>Apfelmus <sup>3</sup></b> Nährwerte Fett: / davon gesättigte Fettsäuren: / KH: / Zucker: 0g / Kiloalorien: 67kcal / Salz: 0g / Kilojoule: / Eiweiß (Protein):	<b>Schokoladenpudding <sup>G</sup></b> Nährwerte Fett: 1,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,3g / KH: 30,8g / Zucker: / Kiloalorien: 299kcal / Salz: 0,3g / Kilojoule: 1253kj / Eiweiß (Protein): 7,9g	
Obst	<b>Obst</b> Kiloalorien: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 1BE / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 217kj	<b>Obst</b> Kiloalorien: 142,5kcal / KH: 32,1g / BE: 2,7BE / Fett: 0,3g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 597kj	<b>Obst</b> Kiloalorien: 78kcal / KH: 18,6g / BE: 1,5BE / Fett: 0,5g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Kilojoule: 328,5kj	<b>Obst</b> Kiloalorien: 52kcal / KH: 11,4g / BE: 1BE / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 217kj	
Hinweis	<b>Bis zur angestrebten Zertifizierung durch die Deutsche Gesellschaft für Ernährung sind die Hauptkomponenten der jeweiligen Gerichte grün markiert</b>				
Legende	<p>Betriebsstätte: Mensa Leichlingen Am Hammer 1b 42799 Leichlingen Ansprechpartner: Hr Metje Telefon: 02175/5849728/-35 Mail: mensa.leichlingen@die-kette.de</p> <p>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 Pekannus, H6 aus Paranuss, H7 aus Pistazie, H8 aus Macadamianuss / I enthält Sellerie / J enthält Senf / K enthält Sesam / L enthält Schweißdioxid; Sulfite / M enthält Lupine / N enthält Weichtiere</p> <p>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.</p>				
Hinweis					



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 Zuckersart 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 Pekannus, H6 aus Paranuss, H7 aus Pistazie, H8 aus Macadamianuss / I enthält Sellerie / J enthält Senf / K enthält Sesam / L enthält Schweißdioxid; Sulfite / M enthält Lupine / N enthält Weichtiere

Hinweis