

SPEISENANGEBOT

Mensa Leichlingen

Betriebsstätte: Mensa Leichlingen Am Hammer 1b

42799 Leichlingen Ansprechpartner: Herr Frank Boltem Telefon: 02175 / 8849728 Mail: mensa.leichlingen@dk-kochwerk.de

KW 11	Montag, 09.03.20	Dienstag, 10.03.20	Mittwoch, 11.03.20	Donnerstag, 12.03.20	Freitag, 13.03.20
	Ravioli mit Rindfleischfüllung	Pfannengyros aus der Putenkeule	Hähnchenschnitzel	Hühnersuppentopf	Tomatenfischpfanne (Lachs/Kabeljau)
	in Tomaten-Basilikumsauce	mit Tzaziki und Vollkornreis	dazu Kartoffelpüree	mit feinem Gemüse und Reisnudeln	-Aus nachhaltigem Fischfang- dazu Eblysotto
				dazu Brot	mit buntem Gemüse
Tagesgericht					
	Ravioli ^{A, A1, C, I}	Gyros Pute ^{4, J}	Hähnchenschnitzel ^{A, A1, C}	Hühnersuppentopf ^{3, A, A1, C, I}	Tomatenfischpfanne (Lachs/Kabeljau) -
		Tzaziki ^{3,5,G,L}	Kartoffelpüree ^G	Brot	Ausnachhaltigem Fischfang- dazu Eblysotto mit
		Vollkornreis ¹			buntem Gemüse
Zusatzstoffe Allergene	A, A1, C, I	1, 3, 4, 5 G. J. L	A, A1, C, G	3 A, A1, C, I	
Nährwerte	Kilojoule: 1284,3kJ / Kilokalorien: 305kcal / Fett: 3,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,8g / Zucker: 8,8g / Salz: 6g / : / :	Kilojoule: 2439,5kJ / Kilokalorien: 579,4kcal / Fett: 20,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 5,7g / Zucker: g / Salz: 1,9g / : / :	Kilojoule: 2009,9kJ / Kilokalorien: 480kcal / Fett: 21,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 6,7g / Zucker: g / Salz: 2,7g /: /:	Kilojoule: 1063,2kJ / Kilokalorien: 252,5kcal / Fett: 2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / Zucker: g / Salz: 2,3g / : / :	Kilojoule: / Kilokalorien: / Fett: / davon gesättigte Fettsäuren: / Zucker: / Salz: / : / :
	Drillinge in der Schale	Hausgemachter Applecrumble	Tomatencremesuppe mit Kichererbsen	Käsemakkaroni	Brokkoli Nussecke mit Mandeln und
	mit Schnittlauchquark	süßer Apfelauflauf	und Gemüse	kurze Makkaroninudeln	Haselnüssen
		mit Butterstreuseln	dazu Brot	mit Käse überbacken	dazu Kräuterguark
Vegetarisch		dazu Vanillesauce		dazu Tomatensauce	und Kartoffeldrillinge
	Drillinge Kartoffel	Applecrumble ^{3, A, A1, G}	Tomatencremesuppe ^{3, A, A1, I}	Käsemakkaroni ^{A, A1, G}	Brokkoli Nußecke ^{A, A1, A4, H, H1, H2, I}
	Schnittlauch Quark ^{3, 5, G, L}	Vanillesauce ^G	Tomatementesappe	Tomaten Basilikumsauce ^{1,1}	Schnittlauch Quark ^{3, 5, G, L}
					Drillinge Kartoffel
Zusatzstoffe Allergene	3,5	3 A.Al. G	3 A, A1, 1	1 A, A1, G, I	3, 5 A, A1, A4, G, H, H1, H2, I, L
Nährwerte	is, L Kilojoule: 305,8kJ / Kilokalorien: 72,9kcal / Fett: 1,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,2g / Zucker: 4,7g /	Kilojoule: 2643,2kJ / Kilokalorien: 627,2kcal / Fett: 10,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 6,8g / Zucker:	Kilojoule: 799,3kl / Kilokalorien: 190,4kcal / Fett: 5,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,1g / Zucker: 6,3g	Kilojoule: 3296,5kJ / Kilokalorien: 782,3kcal / Fett: 21,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 11,3g / Zucker:	Kilojoule: 1436,2kJ / Kilokalorien: 341,8kcal / Fett: 13,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,5g / Zucker:
0	Salz: 2,1g /: /:	39,8g / Salz: 0,5g /: /:	/ Salz: 1,8g / : / :	8,9g / Salz: 1,8g /: /:	10g / Salz: 2,6g / : / :
Gemüse	Täglich frisch zubereitetes Tagesgemüse als Beilage zu den Hauptgerichten an unserer Warmausgabe.				
Salat	Täglich wechselnde Auswahl frischer saisonaler Salate als Beilage mit verschiedenen Dressingsorten von unserem Salatbuffet.				
	Pasta	Pizza	Pasta	Pizza	Pasta
	Tomatensauce & Bolognesesauce	Pomodoro & Salami & Schinken	Tomatensauce & Bolognesesauce	Pomodoro & Salami & Schinken	Tomatensauce & Bolognesesauce
Pizza & Pasta	Spiralnudeln ^{A, A1}	Pizza Margarita/Pomodoro ^{A, A1, G}	Spiralnudeln A, A1	Pizza Margarita/Pomodoro ^{A, A1, G}	Spiralnudeln A, A1
	Tomaten Basilikumsauce 1,1	Pizza Salami (Geflügel Halal) ^{2, 3, A, A1, G}	Tomaten Basilikumsauce 1,1	Pizza Salami (Geflügel Halal) ^{2, 3, A, A1, G}	Tomaten Basilikumsauce 1,1
	Bolognese Sauce Rind ^{A, A1, I}	Pizza Prosciutto (Geflügel Halal) ^{2, 3, 8, A, A1, G}	Bolognese Sauce Rind A, A1, I	Pizza Prosciutto (Geflügel Halal) ^{2, 3, 8, A, A1, G}	Bolognese Sauce Rind A, A1, I
Zusatzstoffe Allergene	1 A, A1, I	2, 3, 8 A, A1, G	1 A, A1, I	2,3,8 A,A1,G	1 A, A1, I
Nährwerte	Kilojoule: 3143,2kJ / Kilokalorien: 746,4kcal / Fett: 24,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 8g / Zucker: 10,6g / Salz: 5,5g / : /:	Kilojoule: 7482,8kJ / Kilokalorien: 1776,9kcal / Fett: 63g / davon gesättigte Fettsäuren: 31,2g / Zucker: 15,5g / Salz: 13,5g / : /:	Kilojoule: 3143,2kJ / Kilokalorien: 746,4kcal / Fett: 24,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 8g / Zucker: 10,6g / Salz: 5,5g / : / :	Kilojoule: 7482,8kJ / Kilokalorien: 1776,9kcal / Fett: 63g / davon gesättigte Fettsäuren: 31,2g / Zucker: 15,5g / Salz: 13,5g / : /:	Kilojoule: 3143,2kJ / Kilokalorien: 746,4kcal / Fett: 24,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 8g / Zucker: 10,6g / Salz: 5,5g / : /:
Aus dem Wok	Wok Curry Huhn	Wok Gemüse	Wok Karibik Style	Wok Red Dragon	Wok Rindfleisch
	Wok Curry Huhn ^{I, J, K}	Wokgemüse ^{1, 2, 4, A, A1, F, I, K}	Wok Karibik Style ^{I, J, K}	Wok Red Dragon ^{1, 2, 4, A, A1, F, I, J}	Wok Rindfleisch Hack ^{I, J, K}
Zusatzstoffe Allergene	LJ.K	1. 2. 4 A, A1, F, I, K	I, J, K	1. 2. 4 I, J, K	LJ, K
Nährwerte	Kilojoule: 674,4kJ / Kilokalorien: 161kcal / Fett: 5,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,9g / Zucker: g / Salz: 1,5g / : / :		Kilojoule: 661kJ / Kilokalorien: 157,8kcal / Fett: 5,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,9g / Zucker: g / Salz: 1,4g / : / :	Kilojoule: 269,2kJ / Kilokalorien: 64,3kcal / Fett: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Zucker: g / Salz: 1,6g / : / :	Kilojoule: 938,1kJ / Kilokalorien: 225kcal / Fett: 14,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 5,4g / Zucker: g / Salz: 1,8g / : / :
Dessert	Täglich wechselnde Auswahl frischer Desserts vom unserem Dessertbuffet.				
Obst	Täglich wechselnde Auswahl frischer saisonaler Obstsorten von unserem Obstbuffet.				

I 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 hergeheille Erzeugnisse.
A darsus hergeheille Erzeugnisse.
A darsus hergene und daraus hergeheille Zaus Koggen, A3 aus Gerste, A4 aus Hafer, A5 aus Dinkel / 8 enthält Krebstere / C enthält Ei / D enthält Fish / E enthält Erdnüsse / F enthält Soja / G enthält Mich einschl. Laktose / H enthält Schalenfrüchte - H1 aus Mandein, H2 aus Haselnuss,

H3 aus Walnuss, H4 aus Cashewnuss, H5 aus Pekanuss, H6 aus Paranuss, H7 aus Pistazie, H8 aus Macadamianuss / l enthält Sellerie / J enthält Sem / L enthält Sesm / L enthält Sesm / L enthält Sem / L enthält

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.