

# SPEISEANGEBOT

## Mensa Leichlingen

KW 38	Montag, 20.09.21	Dienstag, 21.09.21	Mittwoch, 22.09.21	Donnerstag, 23.09.21	Freitag, 24.09.21
<b>Tagesgericht</b>	<b>Geschnetzeltes "Züricher Art" von der Pute, dazu Spiralnudeln</b>  Geschnetzeltes Züricher Art <sup>A, A1, G</sup> Spiralnudeln <sup>A, A1</sup>  Zusatzstoffe Allergene: A, A1, C, G Nährwerte: Kilojoule: 2787,2kJ / Kilokalorien: 659,4kcal / Fett: 18,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 6,4g / Zucker: 5,3g / Salz: 6,2g / : / :	<b>Kurztag Mensa ist geschlossen.</b>	<b>Gegrilltes Rinderhacksteak dazu Rahmsauce und Salzkartoffeln</b>  Rinderhacksteak <sup>A, A1, C, I, J</sup> Rahmsauce <sup>1, A, A1, G</sup> Salzkartoffeln <sup>1</sup> 1 A, A1, C, G, I, J Kilojoule: 1785,3kJ / Kilokalorien: 426,7kcal / Fett: 25,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 13,1g / Zucker: 3g / Salz: 3,6g / : / :	<b>Linseneintopf mit Kartoffel- und Gemüsewürfeln, dazu ein Geflügel Wienerle und Graubrot</b> Linseneintopf <sup>3, 5, I, L</sup> Wiener Würstchen <sup>2, 3, 8, I</sup> Graubrot <sup>A, A1, A2</sup> 2, 3, 5, 8 A, A1, A2, I, L Kilojoule: 1505,7kJ / Kilokalorien: 359,2kcal / Fett: 14g / davon gesättigte Fettsäuren: 4,9g / Zucker: g / Salz: 11,7g / : / :	<b>Kurztag Mensa ist geschlossen.</b>
<b>Vegetarisch</b>	<b>Gemüsefrikadelle dazu fruchtige Currysauce und Langkornreis</b>  Gemüsefrikadelle <sup>A, A1, C, F, G, I, K</sup> Currysauce <sup>1, G, I</sup> Reis 1 A, A1, C, F, G, I, K Nährwerte: Kilojoule: 2319,9kJ / Kilokalorien: 549,2kcal / Fett: 11,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 5,1g / Zucker: 9,7g / Salz: 0,5g / : / :		<b>Allgäuer Käsespätzle mit Röstzwiebeln und Sahnesauce</b>  Käsespätzle <sup>A, A1, C, G</sup> Sahne Sauce <sup>1, A, A1, G, I</sup> 1 A, A1, C, G, I Kilojoule: 3744,6kJ / Kilokalorien: 889kcal / Fett: 31,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 17g / Zucker: 8,9g / Salz: 5,5g / : / :	<b>Gemüseschnitzel an Tomaten Basilikumsauce dazu Gemüse Cous Cous</b>  Gemüseschnitzel <sup>A, A1, A4</sup> Tomaten Basilikumsauce <sup>1, I</sup> Cous Cous <sup>A, A1, I</sup> 1 A, A1, A4, I Kilojoule: 1709,3kJ / Kilokalorien: 407,7kcal / Fett: 21g / davon gesättigte Fettsäuren: 5,2g / Zucker: g / Salz: 2,4g / : / :	
<b>Gemüse</b>	<b>Vichykarotten <sup>1, I</sup></b> 1 I Nährwerte: Kilojoule: 356,4kJ / Kilokalorien: 85,6kcal / Fett: 4,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,1g / Zucker: 9,7g / Salz: 0,5g / : / :		<b>Grüne Bohnen <sup>1, I</sup></b> 1 I Nährwerte: Kilojoule: 304,5kJ / Kilokalorien: 72,3kcal / Fett: 4,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,1g / Zucker: g / Salz: 0,4g / : / :	<b>Blumenkohl <sup>1, I</sup></b> 1 I Nährwerte: Kilojoule: 294,7kJ / Kilokalorien: 69,9kcal / Fett: 4,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,1g / Zucker: g / Salz: 0,4g / : / :	
<b>Salat</b>	<b>Wachsbohnenalat <sup>3, 5, L</sup></b> 3, 5 L Nährwerte: Kilojoule: 137,5kJ / Kilokalorien: 32,9kcal / Fett: 1,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Zucker: 0,7g / Salz: 1g / : / :		<b>Rahmgurkensalat <sup>3, 5, G, L</sup></b> 3, 5 G, L Nährwerte: Kilojoule: 298,6kJ / Kilokalorien: 71,5kcal / Fett: 5,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,9g / Zucker: g / Salz: 0,3g / : / :	<b>Krautsalat <sup>3, 5, L</sup></b> 3, 5 L Nährwerte: Kilojoule: 198,4kJ / Kilokalorien: 47,4kcal / Fett: 5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,4g / Zucker: 0,2g / Salz: 0,5g / : / :	
<b>Pizza &amp; Pasta</b>	<b>Pasta Tomatensauce &amp; Bolognesesauce</b>  Spiralnudeln <sup>A, A1</sup> Tomaten Basilikumsauce <sup>1, I</sup> Bolognese Sauce Rind <sup>A, A1, I</sup> 1 A, A1, I Nährwerte: Kilojoule: 3143,2kJ / Kilokalorien: 746,4kcal / Fett: 24,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 8g / Zucker: 10,6g / Salz: 5,5g / : / :		<b>Pasta Tomatensauce &amp; Bolognesesauce</b>  Spiralnudeln <sup>A, A1</sup> Tomaten Basilikumsauce <sup>1, I</sup> Bolognese Sauce Rind <sup>A, A1, I</sup> 1 A, A1, I Nährwerte: Kilojoule: 3143,2kJ / Kilokalorien: 746,4kcal / Fett: 24,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 8g / Zucker: 10,6g / Salz: 5,5g / : / :	<b>Pizza Pomodoro &amp; Salami &amp; Schinken</b>  Pizza Margarita/Pomodoro <sup>A, A1, G</sup> Pizza Salami (Geflügel Halal) <sup>2, 3, A, A1, G</sup> Pizza Prosciutto (Geflügel Halal) <sup>2, 3, 8, A, A1, G</sup> 2, 3, 8 A, A1, G Nährwerte: Kilojoule: 7482,8kJ / Kilokalorien: 1776,9kcal / Fett: 63g / davon gesättigte Fettsäuren: 31,2g / Zucker: 15,5g / Salz: 13,5g / : / :	
<b>Dessert</b>	<b>Götterspeise Kirsch <sup>1</sup></b> 1 Nährwerte: Kilojoule: 850,6kJ / Kilokalorien: 201,5kcal / Fett: 1,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,7g / Zucker: 18,8g / Salz: 0,1g / : / :		<b>Schokoladenpudding <sup>G</sup></b> G Nährwerte: Kilojoule: 580kJ / Kilokalorien: 138kcal / Fett: 6,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 4g / Zucker: 13,8g / Salz: 0,2g / : / :	<b>Apfelmus <sup>3</sup></b> 3 Nährwerte: Kilojoule: 293kJ / Kilokalorien: 69kcal / Fett: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Zucker: 14,3g / Salz: 0,1g / : / :	
<b>Obst</b>	<b>Frisches Obst der Saison</b> Nährwerte: Kilojoule(Apfel): 217kJ / Kilokalorien: 52kcal / Fett: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Zucker: g / Salz: 0g / : / :		<b>Frisches Obst der Saison</b> Nährwerte: Kilojoule(Birne): 328,5kJ / Kilokalorien: 78kcal / Fett: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Zucker: g / Salz: 0g / : / :	<b>Frisches Obst der Saison</b> Nährwerte: Kilojoule(Apfel): 217kJ / Kilokalorien: 52kcal / Fett: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Zucker: g / Salz: 0g / : / :	

### 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  
**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; Sulfit / **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.

# SPEISENANGEBOT

## Mensa Leichlingen

Betriebsstätte:

Mensa Leichlingen

An Hammer 1b

42799 Leichlingen

Ansprechpartner: Herr Frank Boltem

Telefon: 02175 / 8849728

Mail: mensa.leichlingen@dk-kochwerk.de

KW 39	Montag, 27.09.21	Dienstag, 28.09.21	Mittwoch, 29.09.21	Donnerstag, 30.09.21	Freitag, 01.10.21
<b>Tagesgericht</b>	<b>Rindergulasch "ungarische Art" mit Zwiebeln und Paprika, dazu Vollkornpasta</b>  Rindergulasch <sup>A, A1, G</sup> Vollkornreis <sup>1</sup>  Zusatzstoffe Allergene 1 A, A1, G  Nährwerte Kilojoule: 2745,4kJ / Kilokalorien: 652,5kcal / Fett: 27g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,3g / Zucker: 4,7g / Salz: 2,9g / : / :	<b>Kurztag Mensa ist geschlossen.</b>	<b>Geflügelbratwurst dazu Kartoffelpüree</b>  Geflügelbratwurst Kartoffelpüree <sup>G</sup>  G Kilojoule: 1530,4kJ / Kilokalorien: 366,7kcal / Fett: 19,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 10,3g / Zucker: g / Salz: 2,8g / : / : / :	<b>Italienische Minestrone mit Geflügelbällchen, Tomaten und Nudeln dazu Brot</b> Minestrone <sup>1</sup> Geflügelbällchen <sup>A, A1, C, I</sup> Baguette <sup>A, A1</sup>  A, A1, C, I Kilojoule: 1108,2kJ / Kilokalorien: 265,2kcal / Fett: 16,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 4,6g / Zucker: 8,1g / Salz: 2,1g / : / :	<b>Kurztag Mensa ist geschlossen.</b>
<b>Vegetarisch</b>	<b>Blumenkohl-Käse Bratling mit Kräuterquark und Cous Cous</b>  Blumenkohl - Käse Medaillon <sup>A, A1, G</sup> Kräuter Quark <sup>3, 5, G, L</sup> Cous Cous <sup>A, A1, I</sup>  Zusatzstoffe Allergene 3, 5 A, A1, G, I, L Nährwerte Kilojoule: 2434,2kJ / Kilokalorien: 580,9kcal / Fett: 30,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 7,4g / Zucker: 9,7g / Salz: 3,7g / : / :		<b>Mailänder Gnocchi Pfanne mit buntem Gemüse und Tomatensauce</b>  Gnocchipfanne <sup>A, A1, C</sup> Tomaten Basilikumsauce <sup>1, I</sup>  1 A, A1, C, I Kilojoule: 3048,4kJ / Kilokalorien: 720,8kcal / Fett: 15,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,2g / Zucker: g / Salz: 5,6g / : / : / :	<b>Vegetarische Tortellini mit Gemüsefüllung in Käserahmsauce</b>  Tortellini Käsesauce <sup>1, A, A1, G, I</sup>  1 A, A1, G, I Kilojoule: 1248,2kJ / Kilokalorien: 298kcal / Fett: 19,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 10g / Zucker: g / Salz: 3,8g / : / : / :	
<b>Gemüse</b>	<b>Balkangemüse</b>  Kilojoule: 170,6kJ / Kilokalorien: 40,8kcal / Fett: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Zucker: g / Salz: 0,5g / : / :		<b>Rahmsauerkraut <sup>1, 4, A, A1, G, J</sup></b> 1, 4 A, A1, G, J Kilojoule: 506kJ / Kilokalorien: 121,4kcal / Fett: 7,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,8g / Zucker: g / Salz: 1,9g / : / : / :	<b>Blumenkohl</b>  Kilojoule: 144,2kJ / Kilokalorien: 34kcal / Fett: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Zucker: g / Salz: 0,3g / : / : / :	
<b>Salat</b>	<b>Salat, Dressing Joghurt <sup>C, G</sup></b> C, G Kilojoule: 149,1kJ / Kilokalorien: 35,7kcal / Fett: 2,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,7g / Zucker: / Salz: 0,2g / : / : / :		<b>Eisbergsalat, American <sup>C, J</sup></b> C, J Kilojoule: 283kJ / Kilokalorien: 67,7kcal / Fett: 6,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,9g / Zucker: g / Salz: 1,5g / : / : / :	<b>Gurkensalat <sup>3, 5, L</sup></b> 3, 5 C, J Kilojoule: 208,1kJ / Kilokalorien: 49,5kcal / Fett: 3,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,3g / Zucker: g / Salz: 0,3g / : / : / :	
<b>Pizza &amp; Pasta</b>	<b>Pasta Tomatensauce &amp; Bolognesesauce</b>  Spiralnudeln <sup>A, A1</sup> Tomaten Basilikumsauce <sup>1, I</sup> Bolognese Sauce Rind <sup>A, A1, I</sup>  1 A, A1, I Kilojoule: 3143,2kJ / Kilokalorien: 746,4kcal / Fett: 24,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 8g / Zucker: 10,6g / Salz: 5,5g / : / : / :		<b>Pasta Tomatensauce &amp; Bolognesesauce</b>  Spiralnudeln <sup>A, A1</sup> Tomaten Basilikumsauce <sup>1, I</sup> Bolognese Sauce Rind <sup>A, A1, I</sup>  1 A, A1, I Kilojoule: 3143,2kJ / Kilokalorien: 746,4kcal / Fett: 24,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 8g / Zucker: 10,6g / Salz: 5,5g / : / : / :	<b>Pizza Pomodoro &amp; Salami &amp; Schinken</b>  Pizza Margarita/Pomodoro <sup>A, A1, G</sup> Pizza Salami (Geflügel Halal) <sup>2, 3, A, A1, G</sup> Pizza Prosciutto (Geflügel Halal) <sup>2, 3, 8, A, A1, G</sup>  1 2, 3, 8 A, A1, I Kilojoule: 7482,8kJ / Kilokalorien: 1776,9kcal / Fett: 63g / davon gesättigte Fettsäuren: 31,2g / Zucker: 15,5g / Salz: 13,5g / : / : / :	
<b>Dessert</b>	<b>Götterspeise Waldmeister <sup>1</sup></b> 1 Kilojoule: 850,6kJ / Kilokalorien: 201,5kcal / Fett: 1,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,7g / Zucker: 18,8g / Salz: 0,1g / : / : / :		<b>Pudding Vanilleschmack <sup>G</sup></b> G Kilojoule: 553kJ / Kilokalorien: 132kcal / Fett: 6g / davon gesättigte Fettsäuren: 4g / Zucker: 12,8g / Salz: 0,1g / : / : / :	<b>Apfelmus <sup>3</sup></b> 3 Kilojoule: 293kJ / Kilokalorien: 69kcal / Fett: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Zucker: 14,3g / Salz: 0,1g / : / : / :	
<b>Obst</b>	<b>Frisches Obst der Saison</b>  Kilojoule(Apfel): 217kJ / Kilokalorien: 52kcal / Fett: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Zucker: g / Salz: 0g / : / : / :		<b>Frisches Obst der Saison</b>  Kilojoule(Birne): 328,5kJ / Kilokalorien: 78kcal / Fett: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Zucker: g / Salz: 0g / : / : / :	<b>Frisches Obst der Saison</b>  Kilojoule(Apfel): 217kJ / Kilokalorien: 52kcal / Fett: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Zucker: g / Salz: 0g / : / : / :	

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

**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 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; Sulfit / 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.

# SPEISEANGEBOT

## Mensa Leichlingen

Betriebsstätte:

Mensa Leichlingen  
Am Hammer 1b  
42799 Leichlingen

Ansprechpartner: Herr Frank Boltem  
Telefon: 02175 / 8849728

Mail: mensa.leichlingen@dk-kochwerk.de

KW 40	Montag, 04.10.21	Dienstag, 05.10.21	Mittwoch, 06.10.21	Donnerstag, 07.10.21	Freitag, 08.10.21
<b>Tagesgericht</b>	<b>Geflügelgeschnetzeltes in milder Pfeffersauce, dazu Vollkornreis</b>  Geschnetzeltes Züricher Art <sup>A, A1, G</sup> Vollkornreis <sup>1</sup>  Zusatzstoffe <sup>1</sup> Allergene <sup>A, A1, G</sup>  Nährwerte: Kilojoule: 2398kJ / Kilokalorien: 567,1kcal / Fett: 16,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 6,5g / Zucker: 2,6g / Salz: 2,4g / : / :	<b>Kurztag Mensa ist geschlossen.</b>	<b>3 Stück Cevapcici vom Rind mit Tzaziki, dazu Balkanreis</b>  Cevapcici Rind <sup>C, F</sup> Tzaziki <sup>3, 5, G, L</sup> Djuvecreis <sup>1</sup> 3, 5 C, F, G, I, L  Kilojoule: 1682,5kJ / Kilokalorien: 401,6kcal / Fett: 16,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,6g / Zucker: g / Salz: 5,9g / : / :	<b>Deftiger Erbseneintopf mit Kartoffel- und Gemüswürfeln, dazu ein Geflügel Wienerle und Graubrot</b>  Erbseneintopf <sup>1</sup> Geflügel Wienerle <sup>2, 3, 8</sup> Graubrot <sup>A, A1, A2</sup> 2, 3, 8 A, A1, A2, I  Kilojoule: 1456kJ / Kilokalorien: 346,9kcal / Fett: 12,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,2g / Zucker: g / Salz: 2,4g / : / :	<b>Kurztag Mensa ist geschlossen.</b>
<b>Vegetarisch</b>	<b>Vegetarische Frühlingsrolle mit Currysauce und Asianudeln</b>  Vegetarische Frühlingsrolle <sup>A, A1, C, F</sup> Currysauce fruchtig <sup>1, G, I</sup> Mie Nudeln <sup>A, A1, K</sup>  Zusatzstoffe <sup>1</sup> Allergene <sup>A, A1, C, F, G, I, K</sup>  Nährwerte: Kilojoule: 2123,1kJ / Kilokalorien: 507,5kcal / Fett: 19,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 4,6g / Zucker: g / Salz: 3,2g / : / :		<b>Fleischfreier Bratling "Valess" Schnitzel aus Milch mit Käsesauce, dazu Vollkornspaghetti</b>  Valess Schnitzel <sup>A, A1, A4, C, G</sup> Käsesauce <sup>1, A, A1, G, I</sup> Vollkorn Nudeln <sup>A, A1</sup>  Zusatzstoffe <sup>1</sup> Allergene <sup>A, A1, A4, C, G, I</sup>  Nährwerte: Kilojoule: 2953,9kJ / Kilokalorien: 701,8kcal / Fett: 25,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,1g / Zucker: 6,1g / Salz: 4,3g / : / :	<b>Ricotta Spinaci Cannelloni mit Käse überbacken in Tomaten Basilikumsauce</b>  Cannelloni <sup>A, A1, C, G, I</sup>  A, A1, C, G, I Kilojoule: 1055,6kJ / Kilokalorien: 252,7kcal / Fett: 17,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 9,3g / Zucker: 7g / Salz: 1,2g / : / :	
<b>Gemüse</b>	<b>Kohlrabi in Rahm <sup>1, A, A1, G, I</sup></b>  Zusatzstoffe <sup>1</sup> Allergene <sup>A, A1, G, I</sup>  Nährwerte: Kilojoule: 376,1kJ / Kilokalorien: 89,9kcal / Fett: 5,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,2g / Zucker: 5g / Salz: 1,7g / : / :		<b>Sommergemüse <sup>1, I</sup></b>  1 I  Kilojoule: 404,1kJ / Kilokalorien: 96,1kcal / Fett: 4,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,2g / Zucker: 6,3g / Salz: 0,8g / : / :	<b>Brokkoli <sup>1, I</sup></b>  1 I  Kilojoule: 315,5kJ / Kilokalorien: 74,7kcal / Fett: 4,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,1g / Zucker: g / Salz: 0,6g / : / :	
<b>Salat</b>	<b>Gurkensalat <sup>3, 5, L</sup></b>  Zusatzstoffe <sup>3, 5</sup> Allergene <sup>L</sup>  Nährwerte: Kilojoule: 208,1kJ / Kilokalorien: 49,5kcal / Fett: 3,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,3g / Zucker: g / Salz: 0,3g / : / :		<b>Pusztasalat <sup>3, 5, L</sup></b>  3, 5 L  Kilojoule: 186kJ / Kilokalorien: 44,4kcal / Fett: 4,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,4g / Zucker: 0,2g / Salz: 0,5g / : / :	<b>Farmersalat <sup>1, 3, 5, C, G, L</sup></b>  1, 3, 5 L  Kilojoule: 395,5kJ / Kilokalorien: 95,7kcal / Fett: 9,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 1g / Zucker: 1,1g / Salz: 0,5g / : / :	
<b>Pizza &amp; Pasta</b>	<b>Pasta Tomatensauce &amp; Bolognesesauce</b>  Spiralnudeln <sup>A, A1</sup> Tomaten Basilikumsauce <sup>1, I</sup> Bolognese Sauce Rind <sup>A, A1, I</sup>  Zusatzstoffe <sup>1</sup> Allergene <sup>A, A1, I</sup>  Nährwerte: Kilojoule: 3143,2kJ / Kilokalorien: 746,4kcal / Fett: 24,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 8g / Zucker: 10,6g / Salz: 5,5g / : / :		<b>Pasta Tomatensauce &amp; Bolognesesauce</b>  Spiralnudeln <sup>A, A1</sup> Tomaten Basilikumsauce <sup>1, I</sup> Bolognese Sauce Rind <sup>A, A1, I</sup>  1 A, A1, I Kilojoule: 3143,2kJ / Kilokalorien: 746,4kcal / Fett: 24,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 8g / Zucker: 10,6g / Salz: 5,5g / : / :	<b>Pizza Pomodoro &amp; Salami &amp; Schinken</b>  Pizza Margarita/Pomodoro <sup>A, A1, G</sup> Pizza Salami (Geflügel Halal) <sup>2, 3, A, A1, G</sup> Pizza Prosciutto (Geflügel Halal) <sup>2, 3, 8, A, A1, G</sup> 2, 3, 8 A, A1, I Kilojoule: 7482,8kJ / Kilokalorien: 1776,9kcal / Fett: 63g / davon gesättigte Fettsäuren: 31,2g / Zucker: 15,5g / Salz: 13,5g / : / :	
<b>Dessert</b>	<b>Götterspeise Kirsch <sup>1</sup></b>  1  Kilojoule: 850,6kJ / Kilokalorien: 201,5kcal / Fett: 1,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,7g / Zucker: 18,8g / Salz: 0,1g / : / :		<b>Schokoladenpudding <sup>G</sup></b>  G  Kilojoule: 580kJ / Kilokalorien: 138kcal / Fett: 6,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 4g / Zucker: 13,8g / Salz: 0,2g / : / :	<b>Anfelmus <sup>3</sup></b>  3  Kilojoule: 293kJ / Kilokalorien: 69kcal / Fett: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Zucker: 14,3g / Salz: 0,1g / : / :	
<b>Obst</b>	<b>Frisches Obst der Saison</b>  Kilojoule(Apfel): 217kJ / Kilokalorien: 52kcal / Fett: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Zucker: g / Salz: 0g / : / :		<b>Frisches Obst der Saison</b>  Kilojoule(Birne): 328,5kJ / Kilokalorien: 78kcal / Fett: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Zucker: g / Salz: 0g / : / :	<b>Frisches Obst der Saison</b>  Kilojoule(Apfel): 217kJ / Kilokalorien: 52kcal / Fett: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Zucker: g / Salz: 0g / : / :	

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

### 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 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.

# 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 43	Montag, 25.10.21	Dienstag, 26.10.21	Mittwoch, 27.10.21	Donnerstag, 28.10.21	Freitag, 29.10.21
<b>Tagesgericht</b>	<b>Hühnerfrikassee mit Erbsen und Möhren in der Sauce dazu Vollkornreis</b> Hühnerfrikassee <sup>1, 3, A, A1, G, I</sup> Vollkornreis <sup>1</sup> Zusatzstoffe Allergene: 1, 3, A, A1, G, I Nährwerte: Kilojoule: 2618,7kJ / Kilokalorien: 621,8kcal / Fett: 22,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 9,9g / Zucker: 9,3g / Salz: 8,3g / : / :	<b>Kurztag Mensa ist geschlossen.</b>	<b>Rinderhacksteak mit Schwenkkartoffeln</b> Rinderfrikadelle <sup>A, A1, C</sup> Kartoffel A, A1, C Kilojoule: 1862kJ / Kilokalorien: 442,3kcal / Fett: 25g / davon gesättigte Fettsäuren: 8,3g / Zucker: 3,5g / Salz: 2,6g / : / :	<b>Pichelsteiner Gemüseeintopf mit Rindfleisch dazu Graubrot</b> Pichelsteiner Eintopf <sup>1</sup> Graubrot <sup>A, A1, A2</sup> A, A1, A2, I Kilojoule: 1133,5kJ / Kilokalorien: 268,9kcal / Fett: 5,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,9g / Zucker: g / Salz: 2,1g / : / :	<b>Kurztag Mensa ist geschlossen.</b>
<b>Vegetarisch</b>	<b>3 Stück süße Pfannkuchen dazu Apfelmus</b> Pfannkuchen <sup>A, A1, C, G</sup> Apfelmus <sup>3</sup> Zusatzstoffe Allergene: 3, A, A1, C, G Nährwerte: Kilojoule: 310,4kJ / Kilokalorien: 73,1kcal / Fett: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / Zucker: 14,5g / Salz: 0,1g / : / :		<b>Blumenkohl Käse Bratling mit Kartoffeln und Kräuterdip</b> Blumenkohl - Käse Medaillon <sup>A, A1, G</sup> Kräuter Quark <sup>3, 5, G, L</sup> Salzkartoffeln <sup>1</sup> 1, 3, 5, A, A1, G, L Kilojoule: 1968,7kJ / Kilokalorien: 468,5kcal / Fett: 18,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 5g / Zucker: 9g / Salz: 3,5g / : / :	<b>Tortellini mit Ricotta Spinatfüllung dazu Käsesauce</b> Tortellini <sup>1, A, A1, C, G, I</sup> Käsesauce <sup>1, A, A1, G, I</sup> 1, A, A1, C, G, I Kilojoule: 1852,6kJ / Kilokalorien: 443,2kcal / Fett: 22,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 10g / Zucker: 8,5g / Salz: 6,6g / : / :	
<b>Gemüse</b>	<b>Leipziger Allerlei<sup>1, I</sup></b> 1, I Kilojoule: 275,4kJ / Kilokalorien: 65,9kcal / Fett: 1,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,3g / Zucker: 4,6g / Salz: 0,6g / : / :		<b>Vichykarotten<sup>1, I</sup></b> 1, I Kilojoule: 356,4kJ / Kilokalorien: 85,6kcal / Fett: 4,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,1g / Zucker: 9,7g / Salz: 0,5g / : / :	<b>Ratatouille</b> Kilojoule: 312,6kJ / Kilokalorien: 73,9kcal / Fett: 5,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,8g / Zucker: 4,2g / Salz: 0,2g / : / :	
<b>Salat</b>	<b>Salatmix. Dressing American<sup>C, J</sup></b> C, J Kilojoule: 313kJ / Kilokalorien: 74,8kcal / Fett: 6,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 1g / Zucker: / Salz: 1,5g / : / :		<b>Krautsalat<sup>3, 5, L</sup></b> 3, 5, L Kilojoule: 198,4kJ / Kilokalorien: 47,4kcal / Fett: 5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,4g / Zucker: 0,2g / Salz: 0,5g / : / :	<b>Salat. Dressing French<sup>C, G, J</sup></b> L Kilojoule: 260,7kJ / Kilokalorien: 62,4kcal / Fett: 6,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,9g / Zucker: / Salz: 1,5g / : / :	
<b>Pizza &amp; Pasta</b>	<b>Pasta Tomatensauce &amp; Bolognesesauce</b> Spiralnudeln <sup>A, A1</sup> Tomaten Basilikumsauce <sup>1, I</sup> Bolognese Sauce Rind <sup>A, A1, I</sup> 1, A, A1, I Kilojoule: 3143,2kJ / Kilokalorien: 746,4kcal / Fett: 24,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 8g / Zucker: 10,6g / Salz: 5,5g / : / :		<b>Pasta Tomatensauce &amp; Bolognesesauce</b> Spiralnudeln <sup>A, A1</sup> Tomaten Basilikumsauce <sup>1, I</sup> Bolognese Sauce Rind <sup>A, A1, I</sup> 1, A, A1, I Kilojoule: 3143,2kJ / Kilokalorien: 746,4kcal / Fett: 24,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 8g / Zucker: 10,6g / Salz: 5,5g / : / :	<b>Pizza Pomodoro &amp; Salami &amp; Schinken</b> Pizza Margarita/Pomodoro <sup>A, A1, G</sup> Pizza Salami (Geflügel Halal) <sup>2, 3, A, A1, G</sup> Pizza Prosciutto (Geflügel Halal) <sup>2, 3, 8, A, A1, G</sup> 2, 3, 8, A, A1, I Kilojoule: 7482,8kJ / Kilokalorien: 1776,9kcal / Fett: 63g / davon gesättigte Fettsäuren: 31,2g / Zucker: 15,5g / Salz: 13,5g / : / :	
<b>Dessert</b>	<b>Götterspeise Waldmeister<sup>1</sup></b> 1 Kilojoule: 850,6kJ / Kilokalorien: 201,5kcal / Fett: 1,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,7g / Zucker: 18,8g / Salz: 0,1g / : / :		<b>Pudding Vanillegeschmack<sup>G</sup></b> G Kilojoule: 553kJ / Kilokalorien: 132kcal / Fett: 6g / davon gesättigte Fettsäuren: 4g / Zucker: 12,8g / Salz: 0,1g / : / :	<b>Apfelmus<sup>3</sup></b> 3 Kilojoule: 293kJ / Kilokalorien: 69kcal / Fett: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Zucker: 14,3g / Salz: 0,1g / : / :	
<b>Obst</b>	<b>Frisches Obst der Saison</b> Kilojoule(Apfel): 217kJ / Kilokalorien: 52kcal / Fett: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Zucker: g / Salz: 0g / : / :		<b>Frisches Obst der Saison</b> Kilojoule(Birne): 328,5kJ / Kilokalorien: 78kcal / Fett: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / Zucker: g / Salz: 0g / : / :	<b>Frisches Obst der Saison</b> Kilojoule(Apfel): 217kJ / Kilokalorien: 52kcal / Fett: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Zucker: g / Salz: 0g / : / :	

1 mit Farbstoff / 2 mit Konservierungsstoff / 3 mit Antioxidationsmittel / 4 mit Geschmacksverstärker / 5 geschwefelt / 6 geschwärtzt / 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 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.