

SPEISEANGEBOT

Mensa Leichlingen

KW 12	Montag, 16.03.20	Dienstag, 17.03.20	Mittwoch, 18.03.20	Donnerstag, 19.03.20	Freitag, 20.03.20
Tagesgericht	Curryragout vom Geflügel mit Früchten dazu Reis Geflügelragout Curry ^{1, G, I} Vollkornreis ¹	Hähnchensteak mit Kräutern Vollkornnudeln und Bratensauce Hähnchenbrust Bratensauce ^{1, A, A1} Vollkornnudeln ¹	4 Stück Köttbular Geflügel mit Preiselbeersauce dazu Schwenkkartoffeln Köttbular Geflügel ^C Preiselbeersauce ^{1, 3, 5, A, A1, G, L} Kartoffel	Käse Lauch Suppe mit Kartoffelwürfel und Rinderhackfleisch dazu Brot Käse Lauchsuppe ^{G, I} Baguette ^{A, A1}	Fischfilet im Backteig mit Joghurtremoulade dazu Salzkartoffeln Seelachs im Backteig ^{A, A1, D, G, J} Salzkartoffeln
Zusatzstoffe Allergene Nährwerte	1 G, I Kilojoule: 2836,4kJ / Kilokalorien: 674,4kcal / Fett: 29,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 9g / Zucker: g / Salz: 2,1g / : / :	1 A, A1 Kilojoule: 2105,9kJ / Kilokalorien: 498,2kcal / Fett: 12,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,8g / Zucker: 2,2g / Salz: 4,2g / : / :	1, 3, 5 A, A1, C, G, L Kilojoule: 1712,3kJ / Kilokalorien: 405,1kcal / Fett: 21,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 6,5g / Zucker: 5g / Salz: 2,1g / : / :	A, A1, G, I Kilojoule: 1328,2kJ / Kilokalorien: 318,9kcal / Fett: 21g / davon gesättigte Fettsäuren: 12,7g / Zucker: 9,6g / Salz: 1,7g / : / :	A, A1, C, D, G, J Kilojoule: 1818,8kJ / Kilokalorien: 434,2kcal / Fett: 23,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 3g / Zucker: 13,4g / Salz: 2g / : / :
Vegetarisch	3 Stück Schwäbische Maultaschen Vegetarisch gefüllt im Gemüsesud dazu Rahmsauce Maultaschen ^{A, A1, C, I} Kräuterrahmsauce hell ^{1, A, A1, G, I}	Warmer Milchreis dazu Pfirsichkompott mit Zimt und Zucker Milchreis ^{1, G} Pfirsichkompott	Kartoffelrösti mit Gemüse und Käse überbacken dazu Schnittlauchsauce Kartoffelrösti überbacken ^{1, A, A1, C, G, I} Schnittlauchsauce ^{1, A, A1, G, I}	Vollkornnudeln mit Gemüsebolognese Vollkorn Nudeln ^{A, A1} Gemüsebolognese ^{1, A, A1, I}	Gemüse Nuggets mit süß saurer Sauce und Basmatireis Wokgemüse ^{1, 2, 4, A, A1, F, I, K} Süß Sauer Sauce ^{3, 5, K, L} Basmatireis ^K
Zusatzstoffe Allergene Nährwerte	1 A, A1, C, G, I Kilojoule: 577,5kJ / Kilokalorien: 137,1kcal / Fett: 8,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,7g / Zucker: 5,7g / Salz: 4,7g / : / :	1 G Kilojoule: 1357,7kJ / Kilokalorien: 322,1kcal / Fett: 7,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,3g / Zucker: 12,8g / Salz: 0,3g / : / :	1 A, A1, C, G, I Kilojoule: 2587,7kJ / Kilokalorien: 618,8kcal / Fett: 38,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 13,9g / Zucker: 9,2g / Salz: 7,5g / : / :	1 A, A1, I Kilojoule: 2231,8kJ / Kilokalorien: 528kcal / Fett: 10g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,6g / Zucker: g / Salz: 0,9g / : / :	1, 2, 3, 4, 5 A, A1, F, I, K, L Kilojoule: 1393,6kJ / Kilokalorien: 331,8kcal / Fett: 20,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,7g / Zucker: g / Salz: 5,1g / : / :
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.				
Pizza & Pasta	Pasta Tomatensauce & Bolognesesauce Spiralnudeln ^{A, A1} Tomaten Basilikumsauce ^{1, I} Bolognese Sauce Rind ^{A, A1, I}	Pizza Pomodoro & Salami & Schinken Pizza Margarita/Pomodoro ^{A, A1, G} Pizza Salami (Geflügel Halal) ^{2, 3, A, A1, G} Pizza Prosciutto (Geflügel Halal) ^{2, 3, 8, A, A1, G}	Pasta Tomatensauce & Bolognesesauce Spiralnudeln ^{A, A1} Tomaten Basilikumsauce ^{1, I} Bolognese Sauce Rind ^{A, A1, I}	Pizza Pomodoro & Salami & Schinken Pizza Margarita/Pomodoro ^{A, A1, G} Pizza Salami (Geflügel Halal) ^{2, 3, A, A1, G} Pizza Prosciutto (Geflügel Halal) ^{2, 3, 8, A, A1, G}	Pasta Tomatensauce & Bolognesesauce Spiralnudeln ^{A, A1} Tomaten Basilikumsauce ^{1, I} Bolognese Sauce Rind ^{A, A1, I}
Zusatzstoffe Allergene Nährwerte	1 A, A1, I Kilojoule: 3143,2kJ / Kilokalorien: 746,4kcal / Fett: 24,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 8g / Zucker: 10,6g / Salz: 5,5g / : / :	2, 3, 8 A, A1, G Kilojoule: 7482,8kJ / Kilokalorien: 1776,9kcal / Fett: 63g / davon gesättigte Fettsäuren: 31,2g / Zucker: 15,5g / Salz: 13,5g / : / :	1 A, A1, I Kilojoule: 3143,2kJ / Kilokalorien: 746,4kcal / Fett: 24,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 8g / Zucker: 10,6g / Salz: 5,5g / : / :	2, 3, 8 A, A1, G Kilojoule: 7482,8kJ / Kilokalorien: 1776,9kcal / Fett: 63g / davon gesättigte Fettsäuren: 31,2g / Zucker: 15,5g / Salz: 13,5g / : / :	1 A, A1, I 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 Curry Huhn ^{I, J, K}	Wok Gemüse Wokgemüse ^{1, 2, 4, A, A1, F, I, K}	Wok Karibik Style Wok Karibik Style ^{I, J, K}	Wok Red Dragon Wok Red Dragon ^{1, 2, 4, A, A1, F, I, J}	Wok Rindfleisch Wok Rindfleisch Hack ^{I, J, K}
Zusatzstoffe Allergene Nährwerte	I, J, K Kilojoule: 674,4kJ / Kilokalorien: 161kcal / Fett: 5,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,9g / Zucker: g / Salz: 1,5g / : / :	1, 2, 4 A, A1, F, I, K Kilojoule: 718,6kJ / Kilokalorien: 171,3kcal / Fett: 10,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,4g / Zucker: g / Salz: 3,3g / : / :	I, J, K Kilojoule: 661kJ / Kilokalorien: 157,8kcal / Fett: 5,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,9g / Zucker: g / Salz: 1,4g / : / :	I, 2, 4 L, J, K Kilojoule: 269,2kJ / Kilokalorien: 64,3kcal / Fett: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Zucker: g / Salz: 1,6g / : / :	I, J, K 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.				

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 Pekannuss, 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.