SPEISENANGEBOT
DGE 8

KW 49	Montag, 30.11.26	Dienstag, 01.12.26	Mittwoch, 02.12.26	Donnerstag, 03.12.26	Freitag, 04.12.26
Tagesgericht	**Natur gebratene Hähnchenbrust mit fruchtiger Tomatensauce dazu Kräuterkartoffeln** Hähnchenbrust Tomatensauce Salzkartoffeln	**Möhrengemüse "bürgerlich" mit Kartoffeln untereinander gekocht dazu eine Geflügelfrikadelle** Möhren-Kartoffelgemüse [1, I] Geflügelfrikadelle [A, A1, C] Komplettmenü	**Geflügelbratwurst mit Kartoffelstampf** Geflügelbratwurst Kartoffelstampf [G]	**Spaghetti Carbonara mit Putenschinkensauce** Spaghetti Carbonara [1, 2, 3, A, A1, C, F, G, I]	**Erbseneintopf mit Kartoffelwürfeln, Lauch Sellerie Möhren dazu ein Geflügelwienerle und ein Brötchen** Erbseneintopf [I] Geflügel Wiener [2, 3, 8, G, I, J] Brötchen [A, A1, A3, G] Komplettmenü
Nährwerte	Fett: 8,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,2g / KH: 32,2g / Zucker: 0,2g / Kilokalorien: 362,1kcal / Salz: 0,6g / Kilojoule: 1594,6kJ / Eiweiß (Protein): 27,5g	Fett: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / KH: 42,1g / Zucker: g / Kilokalorien: 511,1kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 944,3kJ / Eiweiß (Protein): 5g	Fett: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / KH: 42,1g / Zucker: g / Kilokalorien: 511,1kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 944,3kJ / Eiweiß (Protein): 5g	Fett: 3,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,8g / KH: 43,7g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 668,4kcal / Salz: 0,3g / Kilojoule: 1729,7kJ / Eiweiß (Protein): 16g	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
	oder wahlweise				
Vegetarisch	**Germknödel mit Vanillesauce** Germknödel [A, I] Vanillesauce [1, A, A1, G, I] Komplettmenü vegetarisch	**Vollkornnudeln vegan mit einer vegetarischen Linsenbolognesesauce** Vollkorn Nudel Vege Bolognese [I] vegan	**Blumenkohl in Bechamelsauce dazu Salzkartoffeln** Blumenkohl Auflauf [G, I] Komplettmenü vegetarisch	**Wok Red Dragon vegan mit Kokosmilch Paprika Weißkohl Möhre Sprossen und Basmatireis** Wok Red Dragon [A, A1, F, I, J] Komplettmenü vegan	**Schupfnudelpfanne mit mediterranem Gemüse und Dip** Schupfnudeln [1, A, A1, C] Kräuter Quark [3, 5, G, L] Gemüsepfanne [I] Komplettmenü vegetarisch
Nährwerte	Fett: 16,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,8g / KH: 8,7g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 720,9kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 1024,6kJ / Eiweiß (Protein): 2,8g	Fett: 13,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 2g / KH: 92,3g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 604,7kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 2538kJ / Eiweiß (Protein): 24,2g	Fett: 8,8g / davon gesättigte Fettsäuren: 6g / KH: 12,3g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 180,4kcal / Salz: 0,6g / Kilojoule: 822,3kJ / Eiweiß (Protein): 6,8g	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: 18,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 3g / KH: 83,5g / Zucker: g / Kilokalorien: 725,9kcal / Salz: 2,6g / Kilojoule: 2919,7kJ / Eiweiß (Protein): 14,2g
		oder wahlweise			
Gemüse	**Wirsing frisch [G, I]** vegetarisch	**Vichykarotten [I]** vegan	**Erbsen [1, I]** vegan	**Buntes Gemüse Erbsen Möhren Mais Bohnen** vegan	**Kaisergemüse Blumenkohl, Brokkoli, Karotte** vegetarisch
Nährwerte	Fett: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / KH: 7,4g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 45,4kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 234,5kJ / Eiweiß (Protein): 47,8mg	Fett: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / KH: 0,2g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 30,2kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 5kJ / Eiweiß (Protein): 29,1mg	Fett: 0,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,3g / KH: 17,9g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 129kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 539,6kJ / Eiweiß (Protein): 9,9g	Fett: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / KH: 5,7g / Zucker: g / Kilokalorien: 45,6kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 190,8kJ / Eiweiß (Protein): 4,3g	Fett: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / KH: 7,1g / Zucker: 4,5g / Kilokalorien: 38,3kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 160,9kJ / Eiweiß (Protein): 3,3g
		oder wahlweise			
Salat	**Gurkensalat 3, 5, L**	**Eisbergsalat Dressing Joghurt [C, G]**	**Möhrensalat [3, 5, L]**	**Tomatensalat [3, 5, L]**	**Salatmix Eisberg Möhren Weißkohl mit American Dressing [1,C,J]**
Nährwerte	Fett: 5,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,5g / KH: 1,9g / Zucker: 1,9g / Kilokalorien: 61,2kcal / Salz: 0,6g / Kilojoule: 253,2kJ / Eiweiß (Protein): 150mg	Fett: 3,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,7g / KH: 5g / Zucker: g / Kilokalorien: 57,6kcal / Salz: 0,3g / Kilojoule: 239,2kJ / Eiweiß (Protein): 1,2g	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: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / KH: 4,8g / Zucker: g / Kilokalorien: 92,9kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 406,8kJ / Eiweiß (Protein): 911,6mg	Fett: 6,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / KH: 4g / Zucker: 2,4g / Kilokalorien: 80,2kcal / Salz: 0,5g / Kilojoule: 333,1kJ / Eiweiß (Protein): 1,2g
	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	**Schokoladenpudding**	**Apfelmus [3]**	**Fruchtjoghurt Apfel Aprikose [1, 3]**	**Vanillequark [G]**	**Kuchenstück [A, A1, C, G]**
Nährwerte	Fett: 0,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / KH: 10,3g / Zucker: g / Kilokalorien: 154,1kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 726,9kJ / Eiweiß (Protein): 2,2g	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: 6,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,7g / KH: 9g / Zucker: g / Kilokalorien: 203,5kcal / Salz: 0,2g / Kilojoule: 860,9kJ / Eiweiß (Protein): 15,9g	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
		oder wahlweise			
Obst	**Obst**	**Obst**	**Obst**	**Obst**	**Obst**
Nährwerte	kcal: 61kcal / kJ: 255kJ / BE: 0,9BE / Eiweiß: 1g / Fett: 0,6g / Harnsäure: 19mg / Cholesterin: / mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 249mg	kcal: 142,5kcal / kJ: 597kJ / BE: 2,7BE / Eiweiß: 1,7g / Fett: 0,3g / Harnsäure: 37,5mg / Cholesterin: / mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 79,5mg	kcal: 78kcal / kJ: 328,5kJ / BE: 1,5BE / Eiweiß: 0,8g / Fett: 0,5g / Harnsäure: 22,5mg / Cholesterin: / mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 171mg	kcal: 52kcal / kJ: 217kJ / BE: 1BE / Eiweiß: 0,3g / Fett: 0,4g / Harnsäure: 15mg / Cholesterin: / mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 202mg	kcal: 52kcal / kJ: 217kJ / BE: 1BE / Eiweiß: 0,3g / Fett: 0,4g / Harnsäure: 15mg / Cholesterin: / mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 202mg
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.