

SPEISEANGEBOT
Mensa Schulzentrum Rösrath
Speiseplan vom 23.06.2025 bis 29.06.2025, 26. Kalenderwoche

KW 26	Montag, 23.06.25	Dienstag, 24.06.25	Mittwoch, 25.06.25	Donnerstag, 26.06.25	Freitag, 27.06.25
Tagessuppe	Täglich wechselnde Tagessuppe diese gehört zu jedem Menü, ein Menü besteht aus Tagessuppe, Hauptgericht, Dessert				
Eintopfgericht	Westfälische Kartoffelsuppe vegetarisch mit Möhren, Sellerie und Lauch Kartoffelsuppe ¹	Vegetarische Kürbissuppe Kürbiseintopf ^{4, A, A1, 1}	Vegetarischer Schnibbelbohnen Eintopf Schnibbelbohnen Eintopf ^{3, 1}	Pichelsteiner Gemüseeintopf vegetarisch Pichelsteiner Eintopf ¹	
Nährwerte	Fett: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / KH: 28g / Zucker: g / Kilokalorien: 141,3kcal / Salz: 0,2g / Kilojoule: 583kJ / Eiweiß (Protein): 4,5g	Fett: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / KH: 20,1g / Zucker: g / Kilokalorien: 98,8kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 419,9kJ / Eiweiß (Protein): 2,2g	Fett: 3,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,4g / KH: 14,5g / Zucker: g / Kilokalorien: 181,3kcal / Salz: 0,5g / Kilojoule: 760,4kJ / Eiweiß (Protein): 19,2g	Fett: 0,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / KH: 12,4g / Zucker: g / Kilokalorien: 79,6kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 310,1kJ / Eiweiß (Protein): 3,5g	
Hauptgericht 1	4 Stück Köttbular Geflügel mit Preiselbeersauce dazu Schwenkkartoffeln Köttbular Geflügel ^{A, A1, C, G, L, J} Preiselbeersauce ^{1, 3, 5, G, L} Kartoffel	Hähnchensteak mit Vollkornnudeln und Tomaten-Basilikumsauce Hähnchenbrust Basilikum-Tomatensauce ^{1, 1} Vollkorn Nudeln	Hähnchensteak mit Vollkornnudeln und Tomaten-Basilikumsauce Hähnchenbrust Basilikum-Tomatensauce ^{1, 1} Vollkorn Nudeln	Fischfilet im Backteig aus nachhaltigem Fischfang mit Joghurtremoulade dazu Kartoffelsalat mit Ei und Gurke Seelachs im Backteig ^{A, A1, D, G, J} Kartoffelsalat ^{1, 2, 10, A, A1, C, J}	Tagesangebot
Nährwerte	Fett: 0,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,4g / KH: 25,4g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 327,3kcal / Salz: 0,2g / Kilojoule: 1131,9kJ / Eiweiß (Protein): 3g	Fett: 3,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / KH: 66,1g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 491,2kcal / Salz: 0,7g / Kilojoule: 2059,8kJ / Eiweiß (Protein): 39,2g	Fett: 3,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g / KH: 66,1g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 491,2kcal / Salz: 0,7g / Kilojoule: 2059,8kJ / Eiweiß (Protein): 39,2g	Fett: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / KH: 0g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 485,8kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 31kJ / Eiweiß (Protein): 10,7g	
Hauptgericht 2	Vollkornnudeln und Gemüsesauce aus Möhren, Mais, Erbsen Vollkorn Nudeln Gemüsebolognese ^{A, A1, 1}	Kartoffelrösti mit Rahmgemüse(Erbsen, Möhre, Bohne) und Käse überbacken Kartoffelrösti überbacken ^{C, G, 1}	Kartoffelrösti mit Rahmgemüse(Erbsen, Möhre, Bohne) und Käse überbacken Kartoffelrösti überbacken ^{C, G, 1}	Wokgemüse mit Asia Sauce und Basmatireis Wokgemüse ^{A, A1, F, I, K} Süß Sauer Sauce ^{3, 5, K, L} Basmatireis ⁴	
Nährwerte	Fett: 3,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,5g / KH: 73,9g / Zucker: g / Kilokalorien: 440,8kcal / Salz: 0,2g / Kilojoule: 1765,5kJ / Eiweiß (Protein): 17,3g	Fett: 9,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 6,1g / KH: 9,4g / Zucker: 3,2g / Kilokalorien: 504,3kcal / Salz: 0,6g / Kilojoule: 720,7kJ / Eiweiß (Protein): 9,1g	Fett: 9,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 6,1g / KH: 9,4g / Zucker: 3,2g / Kilokalorien: 504,3kcal / Salz: 0,6g / Kilojoule: 720,7kJ / Eiweiß (Protein): 9,1g	Fett: 1,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / KH: 29,8g / Zucker: g / Kilokalorien: 329,3kcal / Salz: 0,3g / Kilojoule: 1453kJ / Eiweiß (Protein): 6g	
Gemüse	Balkangemüse Brechbohnen, Erbsen, Möhren, Mais	Möhrengemüse	Möhrengemüse	Gartengemüse Erbsen, Möhren, Bohnen	
Nährwerte	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: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / KH: 0,2g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 30,2kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 5kJ / Eiweiß (Protein): 29,1mg	Fett: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / KH: 0,2g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 30,2kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 5kJ / Eiweiß (Protein): 29,1mg	Fett: 0,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / KH: 8,8g / Zucker: 6,2g / Kilokalorien: 62,1kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 260,4kJ / Eiweiß (Protein): 4,6g	
Salatbuffet	Salatbuffet mit täglich wechselnden Salaten				
Pastabar zur Selbstbedienung	Pastabar zur Selbstbedienung mit wechselnden Pasta Gerichten, leckeren Aufläufen und vegetarischen Gerichten				
Dessertbuffet	Dessertauswahl : Obst, Milchspeisen, Pudding				



Betriebsstätte:
Mensa Rösrath
Freiherr vom Stein Str.15
51503 Rösrath
Ansprechpartner: Herr Krimmel
Telefon: 02205 / 90 111 00
Mail: leitung.mensa-roesrath@dk-kochwerk.de

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, 10 - mit einer Zuckerart und Süßungsmittel

A - enth. Gluten, A1 - enth. Weizen, A2 - enth. Roggen, A3 - enth. Gerste, A4 - enth. Hafer, A5 - enth. Dinkel, B - enth. Krebstiere, C - enth. Ei, D - enth. Fisch, E - enth. Erdnüsse, F - enth. Soja (gen-tech-frei), G - enth. Milch einschl. Laktose, H - enth. Schalenfrüchte, H1 - enth. Mandeln, H2 - enth. Haselnuss, H3 - enth. Walnuss, H4 - enth. Cashewnuss, H5 - enth. Pekannuss, H6 - enth. Paranuss, H7 - enth. Pistazie, H8 - enth. Macadamianuss, I - enth. Sellerie, J - enth. Senf, K - enth. Sesam, L - enth. Schwefeldioxid/Sulfite, M - enth. Lupinen, N - enth. 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.