

S P E I S E N A N G E B O T
Mensa Schulzentrum Rösrath

KW 39	Montag, 21.09.26	Dienstag, 22.09.26	Mittwoch, 23.09.26	Donnerstag, 24.09.26	Freitag, 25.09.26
Tagessuppe	Täglich wechselnde Tagessuppe diese gehört zu jedem Menü, ein Menü besteht aus Tagessuppe, Hauptgericht, Dessert				
Eintopfgericht	Tomatencremesuppe mit Kichererbsen und Gemüse(Paprika, Zucchini, Aubergine) Tomatencremesuppe ^{a, l, a.1} Brötchen ^{a, b, a.1, a.3} Nährwerte kcal: 556,1kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 63,7g / kj: 1476kj / BE: 2,3BE / Eiweiß: 9,9g / Fett: 2,2g / Harnsäure: 151,5mg / Cholesterin:	Hühnersuppentopf mit Lauch Sellerie Möhren Erbse und Reissnudeln Hühnersuppentopf ⁱ Nährwerte kcal: 180,5kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 14,4g / kj: 649,8kj / BE: 1,2BE / Eiweiß: 3,4g / Fett: 1,5g / Harnsäure: 147,9mg / Cholesterin: 78,3mg	Westfälische Kartoffelsuppe vegetarisch mit Möhren, Sellerie und Lauch Kartoffelsuppe ⁱ Nährwerte kcal: 112kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 21,8g / kj: 460,2kj / BE: 1,8BE / Eiweiß: 3,6g / Fett: 0,4g / Harnsäure: 38mg / Cholesterin: 50µg	Deftiger Erbseneintopf vegetarisch mit Kartoffel- und Gemüsewürfel Erbseneintopf ⁱ Nährwerte kcal: 100,9kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 16,1g / kj: 420,9kj / BE: 1,3BE / Eiweiß: 7g / Fett: 0,6g / Harnsäure: 148mg / Cholesterin:	
Hauptgericht 1	Natur gebratene Hähnchenbrust mit fruchtiger Tomatensauce dazu Kräuterkartoffeln Hähnchenbrust Tomatensauce Salzkartoffeln Nährwerte kcal: 251kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 27g / kj: 1088,9kj / BE: 2,2BE / Eiweiß: 28g / Fett: 3g / Harnsäure: 252,6mg / Cholesterin: 72mg	3 Stück Geflügelcevapcici in Paprikasauce dazu Vollkornreis Cevapcici Geflügel Paprika Sauce ^{1, g} Vollkornreis Nährwerte kcal: 398,9kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 62,7g / kj: 1665,2kj / BE: 5,2BE / Eiweiß: 6,9g / Fett: 2,8g / Harnsäure: 116,8mg / Cholesterin: 19,6mg	3 Stück Geflügelcevapcici in Paprikasauce dazu Vollkornreis Cevapcici Geflügel Paprika Sauce ^{1, g} Vollkornreis Nährwerte kcal: 398,9kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 62,7g / kj: 1665,2kj / BE: 5,2BE / Eiweiß: 6,9g / Fett: 2,8g / Harnsäure: 116,8mg / Cholesterin: 19,6mg	Geflügel Currywurst mit leckerer Sauce und Kartoffelspalten Geflügelbratwurst Currywurstsauce Kartoffelspalten Nährwerte kcal: 482,1kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 54,6g / kj: 2018,3kj / BE: 4,5BE / Eiweiß: 21,5g / Fett: 18,6g / Harnsäure: 88,8mg / Cholesterin: 26mg	Tagesangebot
Hauptgericht 2	2 Stück vegetarische Klopse in Käse-Sahnesauce mit Vollkornnudeln 2 St vegetarische Bällchen Klopse ^{a, c, f, l, a.1} Käsesauce ^{g, i} Vollkorn Nudel Nährwerte kcal: 773kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 89g / kj: 3297,6kj / BE: 7,4BE / Eiweiß: 37,3g / Fett: 26g / Harnsäure: 196mg / Cholesterin: 15,1mg	Deftiger Erbseneintopf -vegetarisch- mit Kartoffel- und Gemüsewürfeln dazu Mehrkornbaguette Erbseneintopf ⁱ Vollkorn Brötchen ^{a, c, f, g, k, a.1, a.2, a.3, a.4} Nährwerte kcal: 363,1kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 60,6g / kj: 1334,3kj / BE: 5,1BE / Eiweiß: 7g / Fett: 0,6g / Harnsäure: 186,7mg / Cholesterin:	Deftiger Erbseneintopf -vegetarisch- mit Kartoffel- und Gemüsewürfeln dazu Mehrkornbaguette Erbseneintopf ⁱ Vollkorn Brötchen ^{a, c, f, g, k, a.1, a.2, a.3, a.4} Nährwerte kcal: 363,1kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 60,6g / kj: 1334,3kj / BE: 5,1BE / Eiweiß: 7g / Fett: 0,6g / Harnsäure: 186,7mg / Cholesterin:	Fleischfreier Bratling "Vales" Schnitzel aus Milch mit Käsesauce dazu Vollkornnudeln Vales Schnitzel ^{a, c, g, a.1, a.4} Käsesauce ^{g, i} Vollkorn Nudeln Nährwerte kcal: 604,5kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 82,7g / kj: 2590,8kj / BE: 5,9BE / Eiweiß: 26,9g / Fett: 13,6g / Harnsäure: 86,4mg / Cholesterin: 15,4mg	
Gemüse	Kohlrabi in Rahmsauce Nährwerte kcal: 50,2kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 7,7g / kj: 241,9kj / BE: 0,6BE / Eiweiß: 1,6g / Fett: 0,1g / Harnsäure: 28,5mg / Cholesterin: 4,2mg	Bunte Möhren Nährwerte kcal: 31,5kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 4,8g / kj: 131,3kj / BE: 0,4BE / Eiweiß: 2g / Fett: 0,3g / Harnsäure: 32,6mg / Cholesterin:	Bunte Möhren Nährwerte kcal: 31,5kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 4,8g / kj: 131,3kj / BE: 0,4BE / Eiweiß: 2g / Fett: 0,3g / Harnsäure: 32,6mg / Cholesterin:	Sommergemüse, Bohnen, Erbsen, Möhren Blumenkohl Nährwerte kcal: 71,6kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 10,2g / kj: 300,1kj / BE: 0BE / Eiweiß: 5,4g / Fett: 0,7g / Harnsäure: 1,5mg / Cholesterin:	
Salatbuffett	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: mensa.roesrath@die-kette.de

Legende 1 - mit Farbstoff, 2 - mit Konservierungsstoff, 3 - mit Antioxidationsmittel, 4 - mit Geschmacksverstärker, 9 - mit Süßungsmittel, 8 - mit Phosphat, 7 - gewachst, 6 - geschwärzt, 5 - geschwefelt, - mit einer Zuckerart und Süßungsmittel, 10 - coffeinhaltig, 11 - chininhaltig, 12 - mit Jodsalz

a - enth. Gluten, 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, i - enth. Sellerie, j - enth. Senf , k - enth. Sesam, l - enth. Schwefeldioxid/Sulfite, m - enth. Lupinen, n - enth. Weichtiere, a.1 - enth. Weizen, a.2 - enth. Roggen, a.3 - enth. Gerste, a.4 - enth. Hafer, a.5 - enth. Dinkel, a.6 - enth. Kamut, h.1 - enth. Mandeln, h.2 - enth. Haselnuss, h.3 - enth. Walnuss, h.4 - enth. Cashewnuss, h.5 - enth. Pekannuss, h.6 - enth. Paranuss, h.7 - enth. Pistazie, h.8 - enth. Macadamianuss

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.