

SPEISENANGEBOT
Mensa Schulzentrum Rösrath

KW 40	Montag, 28.09.26	Dienstag, 29.09.26	Mittwoch, 30.09.26	Donnerstag, 01.10.26	Freitag, 02.10.26
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: 2,38E / Eiweiß: 9,9g / Fett: 2,2g / Harnsäure: 151,5mg / Cholesterin:	Hühnersuppentopf mit Lauch Sellerie Möhren Erbse und Reismudeln Hühnersuppentopf ¹ 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 ¹ 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 Gemüeswürfel Erbseneintopf ¹ Nährwerte kcal: 100,9kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 16,1g / kj: 420,9kJ / BE: 1,3BE / Eiweiß: 7g / Fett: 0,6g / Harnsäure: 148mg / Cholesterin:	
Hauptgericht 1	Der Alm Klassiker Saftige Kässpätzle mit geschmelzten Zwiebeln dazu Blattsalat mit Joghurt dressing Kässpätzle ^G Weiße Sauce ^{G, 1} Schmorzwiebeln ¹ Endiviensalat ^{Preziosa Inhouse C, G} Nährwerte Kilokalorien: 515kcal / Kilojoule: 2239,8kJ / KH: 54,2g / Eiweiß (Protein): 16,8g / Fett: 15,9g / mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 3g / Zucker: 2,1g	Deftiges aus der Pfanne Geflügel Fleischpflanzerl(Frikadelle) in milder Rahmsauce dazu feines Mischgemüse und cremiger Kartoffelstampf Geflügelfrikadelle ^{A, A1, C} Bratensauce ¹ Mischgemüse Kartoffelstampf ^G Nährwerte Kilokalorien: 511,2kcal / Kilojoule: 940,3kJ / KH: 31,8g / Eiweiß (Protein): 11,5g / Fett: 3,5g / mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 0,6g / Zucker: g	Deftiges aus der Pfanne Geflügel Fleischpflanzerl(Frikadelle) in milder Rahmsauce dazu feines Mischgemüse und cremiger Kartoffelstampf Geflügelfrikadelle ^{A, A1, C} Bratensauce ¹ Mischgemüse Kartoffelstampf ^G Nährwerte Kilokalorien: 511,2kcal / Kilojoule: 940,3kJ / KH: 31,8g / Eiweiß (Protein): 11,5g / Fett: 3,5g / mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 0,6g / Zucker: g	KKK Der Gipfelstürmer Kürbis Kartoffel Karotten Eintopf dazu ein kleines Geflügel Wienerle Kürbiseintopf ^{4, A, A1, 1} Geflügel Wiener ^{2, 3, 8, G, 1, J} Brötchen ^{A, A1, A3, G} Nährwerte Kilokalorien: 369kcal / Kilojoule: 1777,2kJ / KH: 55,4g / Eiweiß (Protein): 7,7g / Fett: 0,8g / mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 1,7g / Zucker: g	Tagesangebot
Hauptgericht 2	Kartoffelauflauf mit Brokkoli in Sahnesauce Kartoffelauflauf Brokkoli ^{B, 1} Nährwerte kcal: 343,6kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 22,7g / kj: 1291,2kJ / BE: 1,8BE / Eiweiß: 13g / Fett: 14,8g / Harnsäure: 23,2mg / Cholesterin: 40,7mg	Blumenkohl-Käse Bratling mit Kräuterquark und Cous Cous Blumenkohl - Käse Medaillon Kräuter Quark ^{3, 5, B, 1} Cous Cous ^{a, 1} Nährwerte kcal: 500,7kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 5,1g / kj: 619,2kJ / BE: 0,4BE / Eiweiß: 3,8g / Fett: 10,5g / Harnsäure: 72,7mg / Cholesterin: 5,1mg	Blumenkohl-Käse Bratling mit Kräuterquark und Cous Cous Blumenkohl - Käse Medaillon Kräuter Quark ^{3, 5, B, 1} Cous Cous ^{a, 1} Nährwerte kcal: 500,7kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 5,1g / kj: 619,2kJ / BE: 0,4BE / Eiweiß: 3,8g / Fett: 10,5g / Harnsäure: 72,7mg / Cholesterin: 5,1mg	Der süße Hütt'n Zauber Kaiserschmarr'n mit einwenig Rosinen dazu Zwetschegenröster (Pflaumenkompott) Kaiserschmarr'n ^{A, A1, C, G, M} Pflaumenkompott Nährwerte Kilokalorien: 792kcal / Kilojoule: / KH: / Eiweiß (Protein): 0g / Fett: 0g / mehrfach ungesättigte Fettsäuren: / Zucker: 0g	
Gemüse	Balkangemüse Brechbohnen, Erbsen, Möhren, Mais Nährwerte kcal: 45,6kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 5,7g / kj: 190,8kJ / BE: 0,5BE / Eiweiß: 4,3g / Fett: 0,4g / Harnsäure: 74,7mg / Cholesterin:	Mischgemüse Erbsen, Möhren Nährwerte kcal: 99,2kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 14,7g / kj: 415,6kJ / BE: 1,2BE / Eiweiß: 8,2g / Fett: 0,6g / Harnsäure: 207,2mg / Cholesterin:	Mischgemüse Erbsen, Möhren Nährwerte kcal: 99,2kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 14,7g / kj: 415,6kJ / BE: 1,2BE / Eiweiß: 8,2g / Fett: 0,6g / Harnsäure: 207,2mg / Cholesterin:	Blumenkohl Nährwerte kcal: 33,9kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 3,5g / kj: 144,1kJ / BE: 0,3BE / Eiweiß: 3,7g / Fett: 0,4g / Harnsäure: 67,6mg / 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.roersath@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.