

S P E I S E N A N G E B O T
Mensa Schulzentrum Rösrath
Speiseplan vom 10.11.2025 bis 16.11.2025, 46. Kalenderwoche

KW 46	Montag, 10.11.25		Dienstag, 11.11.25		Mittwoch, 12.11.25		Donnerstag, 13.11.25		Freitag, 14.11.25	
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) dazu ein Brötchen		Hühnersuppentopf mit Lauch Sellerie Möhren Erbse und Reismudeln		Westfälische Kartoffelsuppe vegetarisch mit Möhren, Sellerie und Lauch		Deftiger Erbseneintopf vegetarisch mit Kartoffel- und Gemüswürfeln			
	Tomatencremesuppe ^{a, l, a.1} Brötchen ^{a, g, a.1, a.3}		Hühnersuppentopf ¹		Kartoffelsuppe ¹		Erbseneintopf ¹			
	kcal: 556,1kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 63,7g / kj: 1476kj / BE: 2,3BE / Eiweiß: 9,9g / Fett: 2,2g / Harnsäure: 151,5mg / Cholesterin:		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		kcal: 112kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 21,8g / kj: 460,2kj / BE: 1,8BE / Eiweiß: 3,6g / Fett: 0,4g / Harnsäure: 38mg / Cholesterin: 50µg		kcal: 100,9kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 16,1g / kj: 420,9kj / BE: 1,3BE / Eiweiß: 7g / Fett: 0,6g / Harnsäure: 148mg / Cholesterin:			
Hauptgericht 1	Rahmgeschnetzeltes von der Pute dazu Vollkornnudeln		Gebackener Hähnchenschenkel mit Bratensauce und Naturreis		Gebackener Hähnchenschenkel mit Bratensauce und Naturreis		Natur gebratenes Seelachsfilet -Aus nachhaltigem Fischfang- an Senf Dillsauce dazu Salzkartoffeln		Tagesangebot	
	Geschnetzeltes Züricher Art ⁸ Vollkorn Nudeln		Hähnchenkeule Bratensauce ¹ Vollkornreis		Hähnchenkeule Bratensauce ¹ Vollkornreis		Gebratenes Seelachsfilet ^{1, a, d, a.1} Senf Sahnesauce ^{1, 9, a, g, l, a.1} Salzkartoffeln			
	kcal: 594,6kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 63,3g / kj: 2367,7kj / BE: 5,3BE / Eiweiß: 13,5g / Fett: 3g / Harnsäure: 245,8mg / Cholesterin: 100,3mg		kcal: 630kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 61,8g / kj: 2643,9kj / BE: 5,1BE / Eiweiß: 6,5g / Fett: 2,6g / Harnsäure: 266,5mg / Cholesterin: 99,3mg		kcal: 630kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 61,8g / kj: 2643,9kj / BE: 5,1BE / Eiweiß: 6,5g / Fett: 2,6g / Harnsäure: 266,5mg / Cholesterin: 99,3mg		kcal: 1548,3kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 31g / kj: 6517kj / BE: 2,6BE / Eiweiß: 284,4g / Fett: 13,5g / Harnsäure: 2,3g / Cholesterin: 629,4mg			
Hauptgericht 2	Gemüsefrikadelle dazu helle Basilikumsauce und Langkornreis		Chili sin Carne mit Soja Mais Bohnen dazu Baguette		Chili sin Carne mit Soja Mais Bohnen dazu Baguette		Allgäuer Käsespätzle mit Röstzwiebeln und Sahnesauce			
	Gemüsefrikadelle ^{a, c, f, g, l, k, a.1} Kräuterrahmsauce hell ^{8, 1} Reis		Chili con carne ^{a, f, l, a.3} Baguette ^{a, k, a.1}		Chili con carne ^{a, f, l, a.3} Baguette ^{a, k, a.1}		Käsespätzle ⁸ Sahne Sauce ^{8, 1}			
	kcal: 514,1kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 77g / kj: 1640,2kj / BE: 6,4BE / Eiweiß: 5,6g / Fett: 0,5g / Harnsäure: 78mg / Cholesterin: 12mg		kcal: 304,3kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 6,7g / kj: 1204,7kj / BE: 0,4BE / Eiweiß: 53,2g / Fett: 0,5g / Harnsäure: 295,4mg / Cholesterin: 195µg		kcal: 304,3kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 6,7g / kj: 1204,7kj / BE: 0,4BE / Eiweiß: 53,2g / Fett: 0,5g / Harnsäure: 295,4mg / Cholesterin: 195µg		kcal: 412,6kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 39,3g / kj: 1719,4kj / BE: 3,2BE / Eiweiß: 16,5g / Fett: 13,1g / Harnsäure: 30,3mg / Cholesterin: 144,6mg			
Gemüse	Mischgemüse Erbsen, Möhren, Bohnen		Grüne Bohnen		Grüne Bohnen		Blumenkohl			
	kcal: 99,2kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 14,7g / kj: 415,6kj / BE: 1,2BE / Eiweiß: 8,2g / Fett: 0,6g / Harnsäure: 207,2mg / Cholesterin:		kcal: 32,2kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 4,3g / kj: 141,3kj / BE: 0,4BE / Eiweiß: 0g / Fett: 0g / Harnsäure: 53,6mg / Cholesterin:		kcal: 32,2kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 4,3g / kj: 141,3kj / BE: 0,4BE / Eiweiß: 0g / Fett: 0g / Harnsäure: 53,6mg / Cholesterin:		kcal: 33,9kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 3,5g / kj: 144,1kj / BE: 0,3BE / Eiweiß: 3,7g / Fett: 0,4g / Harnsäure: 67,6mg / Cholesterin:			
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, 8 - mit Süßungsmittel, 9 - 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. Paranus, 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.