

SPEISENANGEBOT
Mensa Schulzentrum Rösrath
Speiseplan vom 17.11.2025 bis 21.11.2025, 47. Kalenderwoche

KW 47	Montag, 17.11.25		Dienstag, 18.11.25		Mittwoch, 19.11.25		Donnerstag, 20.11.25		Freitag, 21.11.25	
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 Reisnudeln		Westfälische Kartoffelsuppe vegetarisch mit Möhren, Sellerie und Lauch		Deftiger Erbseneintopf vegetarisch mit Kartoffel- und Gemüswürfel			
	Tomatencremesuppe ^{a, l, a.1} Brötchen ^{a, b, a.1, a.3}		Hühnersuppentopf ⁱ		Kartoffelsuppe ⁱ		Erbseneintopf ⁱ			
	Nährwerte kcal: 556,1kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 63,7g / kj: 1476kj / BE: 2,38E / Eiweiß: 9,9g / Fett: 2,2g / Harnsäure: 151,5mg / Cholesterin:		kcal: 180,5kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 14,4g / kj: 649,8kj / BE: 1,28E / Eiweiß: 3,4g / Fett: 1,5g / Harnsäure: 147,9mg / Cholesterin: 78,3mg		kcal: 112kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 21,8g / kj: 460,2kj / BE: 1,88E / Eiweiß: 3,6g / Fett: 0,4g / Harnsäure: 38mg / Cholesterin: 50ug		kcal: 100,9kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 16,1g / kj: 420,9kj / BE: 1,38E / Eiweiß: 7g / Fett: 0,6g / Harnsäure: 148mg / Cholesterin:			
Hauptgericht 1	Grün		Gelb		Rot / Orange		Violett / Blau			
	Erbsensuppe knall grün dazu ein Geflügel Wiener		Gelbes Rübenschnitzel auf gelben Rahmgemüse dazu Sesam Kurkuma Pasta		Rotes Linsen Curry mit Süßkartoffeln Möhren und Kürbis dazu eine kleine Hähnchenbrust gebraten		Blaukrautroulade mit lila Kartoffelstampf		Tagesangebot	
	Erbsensuppe ⁱ Geflügel Wiener ^{2, 3, 8, b, i, j}		Pastinakenrösti ^{a.1} Rahmgemüse ^{b, i} Sesamnudeln ^{a, h, k}		Currylinsenragout ^{3, 5, a, b, d, f, i, j, k, l} Hähnchenbrust		Wirsingroulade Lila Salzkartoffeln			
Hauptgericht 2	Gebackener Brokkoli dazu grüne Bandnudeln in Pesto geschwenkt		Gelbe Paprika mit orientakischem Currybulgur gefüllt dazu gelbe Karotten		Im Ofen geschmorte Kürbisspalten dazu rote Bete Karotten CousCous und milder roter Ajvar Dip		Violette Ofenkartoffeln mit blauem Gemüse vom Blech dazu lila Kräuterdip			
	Brokkoli ⁱ Tagliatelle Pesto Rosso ^{1, 4}		Paprikaschote ^{3, a, c, f, b, i, j, a.1} Vichykarotten ⁱ		Kürbisspalten Ajvarsauce ^b Cous Cous ^{a, f, b, i, j}		Ofenkartoffel mit Gemüse Kräuter Quark ^{3, 5, b, i}			
	Nährwerte Kilokalorien: 268,2kcal / Kilojoule: 909kj / KH: 36,4g / Eiweiß (Protein): 10,8g / Fett: 2,6g / mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 0,9g / Zucker: g		Kilokalorien: 166kcal / Kilojoule: 175,1kj / KH: 6,8g / Eiweiß (Protein): 0,5g / Fett: 0,1g / mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 0,3g / Zucker: 0g		Kilokalorien: 547,6kcal / Kilojoule: 1556,7kj / KH: 34,3g / Eiweiß (Protein): 0,6g / Fett: 15,1g / mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 2,4g / Zucker: 3,4g		Kilokalorien: 233,7kcal / Kilojoule: 869,2kj / KH: 36,6g / Eiweiß (Protein): 5g / Fett: 1,3g / mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 0,3g / Zucker: g			
Gemüse	Mischgemüse Erbsen, Möhren, Bohnen		Grüne Bohnen		Grüne Bohnen		Blumenkohl			
										
	Nährwerte kcal: 99,2kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 14,7g / kj: 415,6kj / BE: 1,28E / Eiweiß: 8,2g / Fett: 0,6g / Harnsäure: 207,2mg / Cholesterin:		kcal: 32,2kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 4,3g / kj: 141,3kj / BE: 0,48E / Eiweiß: 0g / Fett: 0g / Harnsäure: 53,6mg / Cholesterin:		kcal: 32,2kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 4,3g / kj: 141,3kj / BE: 0,48E / Eiweiß: 0g / Fett: 0g / Harnsäure: 53,6mg / Cholesterin:		kcal: 33,9kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 3,5g / kj: 144,1kj / BE: 0,38E / Eiweiß: 3,7g / Fett: 0,4g / Harnsäure: 67,6mg / Cholesterin:			
Salatbuffett	Salatbuffett 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, 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.