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

KW 48	Montag, 23.11.26	Dienstag, 24.11.26	Mittwoch, 25.11.26	Donnerstag, 26.11.26	Freitag, 27.11.26
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 [i]	**Vegetarische Kürbissuppe** Kürbiseintopf [4, a, i, a.1]	**Pichelsteiner Gemüseeintopf vegetarisch** Pichelsteiner Eintopf [i]	**Vegetarischer Schnibbelbohnen Eintopf** Schnibbelbohnen Eintopf [1, i]	
Nährwerte	kcal: 112kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 21,8g / kJ: 460,2kJ / BE: 1,8BE / Eiweiß: 3,6g / Fett: 0,4g / Harnsäure: 38mg / Cholesterin: 50µg	kcal: 98,8kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 20,1g / kJ: 419,9kJ / BE: 1,7BE / Eiweiß: 2,2g / Fett: 0,2g / Harnsäure: 29,4mg / Cholesterin: 50µg	kcal: 74,6kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 12,4g / kJ: 310,1kJ / BE: 0,9BE / Eiweiß: 3,5g / Fett: 0,4g / Harnsäure: 30,6mg / Cholesterin:	kcal: 181,1kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 14,5g / kJ: 760,4kJ / BE: 1,2BE / Eiweiß: 19,2g / Fett: 3,2g / Harnsäure: 183,4mg / Cholesterin: 42,6mg	
Hauptgericht 1	**Geflügelhacksteak mit Rahmsauce dazu Rotkohl und Salzkartoffeln** Geflügelhacksteak [C, J, 3, 8] Rahmsauce [G] Rotkohl [A, I] Salzkartoffel	**Hähnchenschenkel mit Zwiebelsauce und Schwenkkartoffeln** Hähnchenkeule Zwiebelsauce [1] Schwenkkartoffeln	**Hähnchenschenkel mit Zwiebelsauce und Schwenkkartoffeln** Hähnchenkeule Zwiebelsauce [1] Schwenkkartoffeln	**Pfannengyros aus der Putenkeule mit Tzaziki und Vollkornreis** Gyros Pute [4, j] Tzaziki [3, 5, g, l] Vollkornreis	Tagesangebot
Nährwerte	kcal: 580,9kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 18,5g / kJ: 1320,8kJ / BE: 1,5BE / Eiweiß: 28,8g / Fett: 1,1g / Harnsäure: 294mg / Cholesterin: 82,3mg	kcal: 606,6kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 32,9g / kJ: 2546,2kJ / BE: 2,8BE / Eiweiß: 5,1g / Fett: 1g / Harnsäure: 194,3mg / Cholesterin: 99,8mg	kcal: 606,6kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 32,9g / kJ: 2546,2kJ / BE: 2,8BE / Eiweiß: 5,1g / Fett: 1g / Harnsäure: 194,3mg / Cholesterin: 99,8mg	kcal: 481,6kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 65,5g / kJ: 1531,2kJ / BE: 5,5BE / Eiweiß: 8g / Fett: 2,2g / Harnsäure: 116,1mg / Cholesterin: 900µg	
Hauptgericht 2	**Pellkartoffeln mit Schnittlauchquark** Drillinge Kartoffel Pellkartoffel Schnittlauch Quark [3, 5, g, l]	**Brokkoli Knusperecke dazu Kräuterquark und Kartoffeldrillinge** Brokkoli Knusperecke [a, c, f, g, h, i, j, k, a.1, a.4, h.1, h.2] Schnittlauch Quark [3, 5, g, l] Drillinge Kartoffel	**Brokkoli Knusperecke dazu Kräuterquark und Kartoffeldrillinge** Brokkoli Knusperecke [a, c, f, g, h, i, j, k, a.1, a.4, h.1, h.2] Schnittlauch Quark [3, 5, g, l] Drillinge Kartoffel	**Bami Goreng vegan Asia Bratnudeln mit Gemüse Weißkohl Paprika Möhren Sprossen** Bami Goreng [a, f, k, a.1]	
Nährwerte	kcal: 164kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 20,8g / kJ: 490kJ / BE: 1,7BE / Eiweiß: 2,7g / Fett: 0,2g / Harnsäure: 19,2mg / Cholesterin: 5,3mg	kcal: 404kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 23,3g / kJ: 621,1kJ / BE: 1,9BE / Eiweiß: 3,2g / Fett: 2,2g / Harnsäure: 21,1mg / Cholesterin: 5,5mg	kcal: 404kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 23,3g / kJ: 621,1kJ / BE: 1,9BE / Eiweiß: 3,2g / Fett: 2,2g / Harnsäure: 21,1mg / Cholesterin: 5,5mg	kcal: 547,4kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 85,5g / kJ: 2251,1kJ / BE: 7,1BE / Eiweiß: 19,1g / Fett: 7,7g / Harnsäure: 78,4mg / Cholesterin: 214,8mg	
Gemüse	**Sommergemüse, Bohnen, Erbsen, Möhren Blumenkohl**	**Kohlrabi in Rahm**	**Kohlrabi in Rahm**	**Wokgemüse Möhren Paprika Weißkohl Zucchini**	
Nährwerte	kcal: 71,6kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 10,2g / kJ: 300,1kJ / BE: 0BE / Eiweiß: 5,4g / Fett: 0,7g / Harnsäure: 1,5mg / Cholesterin:	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	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	kcal: 85,2kcal / Kohlenhydrate, resorbierbare: 567,5mg / kJ: 197,5kJ / BE: 0BE / Eiweiß: 0,1g / Fett: 0g / Harnsäure: 1,7mg / Cholesterin: 50µg	
Salatbufett	**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, 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.