

SPEISEANGEBOT
Mensa Schulzentrum Rösrath
Speiseplan vom 02.12.2024 bis 08.12.2024, 49. Kalenderwoche

KW 49	Montag, 02.12.24	Dienstag, 03.12.24	Mittwoch, 04.12.24	Donnerstag, 05.12.24	Freitag, 06.12.24
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 Tomatencremesuppe ^{A, A1, I} Brötchen ^{A, A1, A3, G}	Hühnersuppentopf mit Lauch Sellerie Möhren Erbse und Reisnudeln Hühnersuppentopf ¹	Westfälische Kartoffelsuppe vegetarisch mit Möhren, Sellerie und Lauch Kartoffelsuppe ¹	Deftiger Erbseneintopf vegetarisch mit Kartoffel- und Gemüsewürfel Erbseneintopf ¹	
Nährwerte	Kilokalorien: 556,1kcal / KH: 63,7g / BE: 2,3BE / Fett: 2,2g / Zucker: g / Salz: 1,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,4g / Kilojoule: 1476kJ	Kilokalorien: 180,5kcal / KH: 14,4g / BE: 1,2BE / Fett: 1,5g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,4g / Kilojoule: 649,8kJ	Kilokalorien: 141,3kcal / KH: 28g / BE: 2,3BE / Fett: 0,4g / Zucker: g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 583kJ	Kilokalorien: 100,9kcal / KH: 16,1g / BE: 1,3BE / Fett: 0,6g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / Kilojoule: 420,9kJ	
Hauptgericht 1	Chili con Carne mit Rinderhackfleisch Kidneybohnen, Mais dazu Fladenbrot Chili con carne ¹ Fladenbrot ^{A, F, G, K}	Hähnchenschnitzel mit Bratensauce dazu Pommes frites Hähnchenschnitzel ^{8, A, A1, C} Bratensauce ¹ Pommes frites	Hähnchenschnitzel mit Bratensauce dazu Pommes frites Hähnchenschnitzel ^{8, A, A1, C} Bratensauce ¹ Pommes frites	Hokifilet aus nachhaltigen Fischfang mit Dillsauce und Salzkartoffeln Hokifilet ^{1, A, A1, C, D, G} Dillsauce ^{9, G, I, J} Salzkartoffeln	Tagesangebot
Nährwerte	Kilokalorien: 530kcal / KH: 10,8g / BE: 0,6BE / Fett: 14,7g / Zucker: 0,5g / Salz: 1,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 5,9g / Kilojoule: 1229,3kJ	Kilokalorien: 649,4kcal / KH: 52g / BE: 2,3BE / Fett: 14g / Zucker: 0,1g / Salz: 1,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,8g / Kilojoule: 2763,9kJ	Kilokalorien: 649,4kcal / KH: 52g / BE: 2,3BE / Fett: 14g / Zucker: 0,1g / Salz: 1,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 1,8g / Kilojoule: 2763,9kJ	Kilokalorien: 525,9kcal / KH: 48,3g / BE: 4BE / Fett: 1,5g / Zucker: g / Salz: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,4g / Kilojoule: 1935kJ	
Hauptgericht 2	Schupfnudelpfanne mit mediterranem Gemüse und Dip Schupfnudeln ^{1, A, A1, C} Kräuter Quark ^{3, 5, G, L} Gemüsepfanne ¹	Vollkornnudeln mit einer leckeren vegetarischen Linsenbolognesesauce Vollkorn Nudel Vege Bolognese ¹	Vollkornnudeln mit einer leckeren vegetarischen Linsenbolognesesauce Vollkorn Nudel Vege Bolognese ¹	Blumenkohl in Bechamelsauce dazu Salzkartoffeln Blumenkohl Auflauf ^{G, I}	
Nährwerte	Kilokalorien: 725,9kcal / KH: 83,5g / BE: 0,8BE / Fett: 18,3g / Zucker: g / Salz: 2,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 3g / Kilojoule: 2919,7kJ	Kilokalorien: 604,7kcal / KH: 92,3g / BE: 7,7BE / Fett: 13,6g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 2g / Kilojoule: 2538kJ	Kilokalorien: 604,7kcal / KH: 92,3g / BE: 7,7BE / Fett: 13,6g / Zucker: 0g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 2g / Kilojoule: 2538kJ	Kilokalorien: 180,4kcal / KH: 12,3g / BE: 1BE / Fett: 8,8g / Zucker: 0g / Salz: 0,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 6g / Kilojoule: 822,3kJ	
Gemüse	Mischgemüse Erbsen, Möhren	Brokkoli	Brokkoli	Ratatouillegemüse Paprika, Zucchini, Aubergine, Tomate	
Nährwerte	Kilokalorien: 99,2kcal / KH: 14,7g / BE: 1,2BE / Fett: 0,6g / Zucker: g / Salz: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / Kilojoule: 415,6kJ	Kilokalorien: 39,3kcal / KH: 3,7g / BE: 0,3BE / Fett: 0,3g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 166,5kJ	Kilokalorien: 39,3kcal / KH: 3,7g / BE: 0,3BE / Fett: 0,3g / Zucker: g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 166,5kJ	Kilokalorien: 56,7kcal / KH: 7,2g / BE: 0,3BE / Fett: 2,9g / Zucker: 2,7g / Salz: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,5g / Kilojoule: 262,9kJ	
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

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

A - enth. Gluten, A1 - enth. Weizen, A2 - enth. Roggen, A3 - enth. Gerste, A4 - enth. Hafer, A5 - enth. Dinkel, 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, H1 - enth. Mandeln, H2 - enth. Haselnuss, H3 - enth. Walnuss, H4 - enth. Cashewnuss, H5 - enth. Pekannuss, H6 - enth. Paranuss, H7 - enth. Pistazie, H8 - enth. Macadamianuss, I - enth. Sellerie, J - enth. Senf, K - enth. Sesam, L - enth. Schwefeldioxid/Sulfite, M - enth. Lupinen, N - enth. Weichtiere

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.