

KW 05	Montag, 26.01.26	Dienstag, 27.01.26	Mittwoch, 28.01.26	Donnerstag, 29.01.26	Freitag, 30.01.26
Tagesgericht	Kleine Hähnchenbrust natur gebraten mit Schnittlauchsauce und Risi Bisi <small>Hähnchenbrust Schnittlauchsauce ^{G,1} Risi Bisi ^{1,1}</small> <small>Fett: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / KH: 21,6g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 624,3kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 1052,9kJ / Eiweiß (Protein): 3,7g</small>	Pfannengyros aus der Putenkeule mit Tzaziki <small>Gyros Pute Tzaziki ^{3,5, G, L} Vollkornreis</small> <small>Fett: 2,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,5g / KH: 65,5g / Zucker: g / Kilokalorien: 481,6kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 1531,2kJ / Eiweiß (Protein): 8g</small>	HähnchenSchnitzel mit Zwiebelsauce und Schwenkkartoffeln <small>Hähnchenschnitzel ^{A,A1} Zwiebelsauce ^{1,A,A1} Schwenkkartoffeln</small> <small>Fett: 1,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,4g / KH: 14,4g / Zucker: g / Kilokalorien: 180,5kcal / Kilojoule: 649,8kJ / Eiweiß (Protein): 3,4g</small>	Hühnersuppentopf mit Lauch Sellerie Möhren Erbse und Reismudeln <small>Hühnersuppentopf ¹</small> <small>Fett: 1,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,4g / KH: 14,4g / Zucker: g / Kilokalorien: 180,5kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 649,8kJ / Eiweiß (Protein): 3,4g</small>	Paniertes Dorschfilet mit Joghurtremoulade dazu Salzkartoffeln <small>Dorschfilet ^{A, A1, D, J} Salzkartoffeln Joghurtremoulade ^{1,9,A,A1,C,G,1}</small> <small>Kilojoule: 2306kJ / Kilokalorien: 553,3kcal / Fett: 35,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 4,8g / Zucker: g / Salz: 2,2g</small>
Vegetarisch	Pellkartoffeln mit Schnittlauchquark <small>Drillinge Kartoffel Pellkartoffel Schnittlauch Quark ^{3,5, G, L}</small> <small>Fett: 0,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / KH: 20,8g / Zucker: 0,1g / Kilokalorien: 164kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 490kJ / Eiweiß (Protein): 2,7g</small>	Brokkoli-Käse- Knuspermedaillon dazu Kräuterquark und Kartoffeldrillinge <small>Brokkoli Nußcke ^{A, A1,A1,H,H2,1} Schnittlauch Quark ^{3,5, G, L} Drillinge Kartoffel</small> <small>Fett: 2,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,3g / KH: 23,3g / Zucker: 0,1g / Kilokalorien: 404kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 621,1kJ / Eiweiß (Protein): 3,2g</small>	Tomatencremesuppe mit Kichererbsen und weißen Bohnen und Gemüse(Paprika, Zucchini, Aubergine) dazu ein Brötchen <small>Tomatencremesuppe ^{A, A1, 1} Brötchen ^{A, A1, A3, G}</small> <small>Fett: 2,2g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,4g / KH: 63,7g / Zucker: g / Kilokalorien: 556,1kcal / Kilojoule: 1476kJ / Eiweiß (Protein): 9,9g</small>	Käsemakkaroni kurze Makkaroninudeln mit Käse überbacken dazu Tomatensauce <small>Käsemakkaroni ^{A, A1, G} Tomaten Basilikumsauce ^{1,1}</small> <small>Fett: 8,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 6g / KH: 7,2g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 686,3kcal / Salz: 0,6g / Kilojoule: 658,2kJ / Eiweiß (Protein): 7,2g</small>	Bami Goreng vegan Asia Bratnudeln mit Gemüse Weißkohl Paprika Möhren Sprossen <small>Bami Goreng ^{A, A1, F, K}</small> <small>Fett: 7,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 2,1g / KH: 85,5g / Zucker: g / Kilokalorien: 547,4kcal / Salz: 0,6g / Kilojoule: 2251,1kJ / Eiweiß (Protein): 19,1g</small>
Pizza & Pasta	Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen <small>Nudeln ^{A, A1} Tomaten Basilikumsauce ¹ Bolognese Sauce Rind ^{A, A1, 1}</small> <small>Fett: 11,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,6g / KH: 80,5g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 542,8kcal / Salz: 0,5g / Kilojoule: 2278,4kJ / Eiweiß (Protein): 24,7g</small>	Pizza Pomodoro & Salami & Nudeln <small>Pizza Margarita/Pomodoro ^{A, A1, G (Laktosefrei)} Pizza Salami ^{2, 3,A, A1, G, 1,1 (Laktosefrei)} Pizza Prosciutto ^{2, 3, 8, A, A1, G (Laktosefrei)}</small> <small>Fett: 12,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,9g / KH: 80,6g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 542,8kcal / Kilokalorien: 635,4kcal / Salz: 1,9g / Kilojoule: 2690,5kJ / Eiweiß (Protein): 24,7g</small>	Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen <small>Nudeln ^{A, A1} Tomaten Basilikumsauce ¹ Bolognese Sauce Rind ^{A, A1, 1}</small> <small>Fett: 11,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,6g / KH: 80,5g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 542,8kcal / Kilojoule: 2278,4kJ / Eiweiß (Protein): 24,7g</small>	Pizza Pomodoro & Salami & Schinken <small>Pizza Margarita/Pomodoro ^{A, A1, G (Laktosefrei)} Pizza Salami ^{2, 3,A, A1, G, 1,1 (Laktosefrei)} Pizza Prosciutto ^{2, 3, 8, A, A1, G (Laktosefrei)}</small> <small>Fett: 19,9g / davon gesättigte Fettsäuren: 9,8g / KH: 80,6g / Zucker: 0,1g / Kilokalorien: 635,4kcal / Salz: 1,9g / Kilojoule: 2690,5kJ / Eiweiß (Protein): 24,8g</small>	Wechselnde Pasta mit verschiedenen Saucen <small>Nudeln ^{A, A1} Tomaten Basilikumsauce ¹ Bolognese Sauce Rind ^{A, A1, 1}</small> <small>Fett: 11,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 3,6g / KH: 80,5g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 542,8kcal / Salz: 0,5g / Kilojoule: 2278,4kJ / Eiweiß (Protein): 24,7g</small>
Gemüse	Sommergemüse, Bohnen, Erbsen, Möhren Blumenkohl  <small>Fett: 0,7g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / KH: 10,2g / Zucker: 7,1g / Kilokalorien: 71,6kJ / Salz: 0,2g / Kilojoule: 300,1kJ / Eiweiß (Protein): 5,4g</small>	Brokkoli  <small>Fett: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / KH: 3,7g / Zucker: g / Kilokalorien: 39,3kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 166,5kJ / Eiweiß (Protein): 5,9g</small>	Kohlrabi in Rahm <small>Fett: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / KH: 7,7g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 50,2kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 241,9kJ / Eiweiß (Protein): 1,6g</small>	Mischgemüse Erbsen, Möhren  <small>Fett: 0,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,2g / KH: 14,7g / Zucker: / Kilokalorien: 99,2kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 415,6kJ / Eiweiß (Protein): 8,2g</small>	Wok Gemüse Karotten, Weißkohl, Paprika  <small>Fett: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / KH: 0,6g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 85,2kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 197,5kJ / Eiweiß (Protein): 105,2mg</small>
Salat	Salatmix Lollo Rosso Eisberg Radiccio mit Joghurtdressing ^{C,G} <small>Fett: 3,5g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,7g / KH: 3,6g / Zucker: 2g / Kilokalorien: 52,6kcal / Salz: 0,3g / Kilojoule: 218,8kJ / Eiweiß (Protein): 1,5g</small>	Rote Beete Salat ^{3,5,9,L} <small>Fett: 0g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / KH: 0,4g / Zucker: g / Kilokalorien: 34,6kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 50,1kJ / Eiweiß (Protein): 88,8mg</small>	Feiner Möhrensalat ^{3,5,L} <small>Fett: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / KH: 4,5g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 31,9kcal / Salz: 0,1g / Kilojoule: 135,5kJ / Eiweiß (Protein): 663mg</small>	Weißkohlsalat ^{3,5,L} <small>Fett: 0,1g / davon gesättigte Fettsäuren: 0g / KH: 2,9g / Zucker: 0g / Kilokalorien: 38,1kcal / Salz: 0g / Kilojoule: 164,8kJ / Eiweiß (Protein): 801,9mg</small>	Bunter Salat Mix Eisberg Möhrenstreifen Mais mit Joghurtdressing ^{C,G} <small>Fett: 3,4g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,7g / KH: 2,5g / Zucker: 2g / Kilokalorien: 45kcal / Salz: 0,3g / Kilojoule: 186,1kJ / Eiweiß (Protein): 1g</small>
Dessert	Täglich wechselnde Auswahl frischer Desserts vom unserem Dessertbuffet.				

Betriebsleiter: Frank Meyer
Mobile: 0151 25027465
Mail: frank.meyer@die-kette.de

Betriebsstätte:
Mensa Willich
Albert Oetker Strasse 98
47877 Willich
Ansprechpartner: Martin Hombergs
Telefon: 02154 9508707
Mail: mensa.willich@die-kette.de

Betriebsstätte:
Mensa Anrath
Johannesstrasse 5
47877 Willich
Ansprechpartner: Dittmar Dammers
Telefon: 02156 9150106
Mail: mensa.anrath@die-kette.de

Die grün hinterlegten Komponenten entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert und mit dem DGE-Logo ausgezeichnet.



- 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(n) / 10 mit einer Zuckerart und Süßungsmittel
- Allergene und daraus hergestellte Erzeugnisse:**
A enthält Gluten - **A1** aus Weizen, **A2** aus Roggen, **A3** aus Gerste, **A4** aus Hafer, **A5** aus Dinkel / **B** enthält Krebstiere / **C** enthält Ei / **D** enthält Fisch / **E** enthält Erdnüsse / **F** enthält Soja / **G** enthält Milch einschl. Laktose / **H** enthält Schalenfrüchte - **H1** aus Mandeln, **H2** aus Haselnuss, **H3** aus Walnuss, **H4** aus Cashewnuss, **H5** aus Pekanuss, **H6** aus Paranuss, **H7** aus Pistazie, **H8** aus Macadamianuss / **I** enthält Sellerie / **J** enthält Senf / **K** enthält Sesam / **L** enthält Schwefeldioxid; Sulfite / **M** enthält Lupine / **N** enthält 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.