

# Spezialmenü „Leicht und Fit“

Leicht und Fit ist ein spezielles Menü, das Schülern mit ernährungsbedingten Krankheiten oder Verdauungs- und Gewichtsproblemen eine Alternative zur täglichen Menüauswahl bietet. Auch Kalorien- und Gesundheitsbewussten bietet Leicht und Fit ein gutes Menü.

## Leicht und Fit bietet:

- 1-2 x pro Woche Fisch
- vorwiegend Vollkornprodukte
- täglich wechselnde Gemüsesorten
- vorwiegend gedünstete und gedämpfte Speisen

## Leicht und Fit ist:

- fettarm zubereitet
- ohne blähende Zutaten
- ohne Schweinefleisch
- ohne Convenience-Produkte
- ohne Laktose
- ohne Gluten
- mild gewürzt

Kontakt:

Melanie Völkel  
Ernährungsberaterin  
Diätassistentin  
Eckert Catering  
09402 502 387

# Öffnungszeiten tick...tock...

## MENSA Schule I (Ebene D)

Frühstück

Mo - Fr: 7 - 8.30 Uhr | Sa, So & Feiertage:  
8.30 - 9.30 Uhr

Mittagessen

Mo - Fr: 11.15 - 13.30 Uhr | Sa, So & Feiertage:  
11.30 - 12.30 Uhr

Abendessen

Mo - Do: 16.30 - 18.00 Uhr | Fr, Sa, So & Feiertage:  
Lunchpakete

## KIOSK DELI & FRESH Schule II (Ebene D)

Mo - Do: 6.30 - 15 Uhr | Fr: 6.30 - 13 Uhr  
Sa: 6.30 - 13.30 Uhr

## KIOSK BOX 1 Schule I (Ebene E)

Mo - Do: 7.30 - 15 Uhr | Fr: 7.30 - 13 Uhr

## CAFÉ GAUMENFREUDEN & KAFFEEGENUSS

Gesundheitszentrum | So - Fr: 10.00 - 17.00 Uhr

## CAMPUS SPORTS BAR

Mo - Do: 15.30 - 22.00 Uhr | So: 17.00 - 22.00 Uhr

## ECKERT BEACH

Öffnungszeiten unterliegen saisonalen  
Anpassungen



Dr.-Robert-Eckert-Str. 3  
93128 Regenstauf



Die Eckert Schulen sind mit über 50 Standorten eines der größten privaten Bildungsunternehmen in Deutschland.

**ECKERT CATERING**  
**ANSPRECHPARTNER**  
**09402 502 379**

office@eckert-catering.de  
www.eckert-schulen.de/  
unternehmen/campus/verpflegung



Karin Geiger  
Kaufmännische Leitung  
Roland Veitl  
Produktionsleitung



Stefan Pöllinger  
Wolfgang Lipperer  
Ernährungsabteilung

**ECKERT  
CATERING**  
nice to  
meet you!

# Eckert Catering wir über uns

see you at the beach:  
wir sind viel mehr als Mensa...

Wer viel lernt, benötigt Energie und gutes Essen. Von daher produziert die Küche der Eckert Schulen seit Anfang an all ihre Speisen selbst. Um dies zu ermöglichen kümmern sich rund 55 Mitarbeiter um das gastronomische Angebot am Campus.

Für die tägliche Produktion der Speisen in der Mensa sind bei Eckert Catering aktuell sieben erfahrene Köche beschäftigt. Zudem ist eine Ernährungsberaterin/Diätassistentin für spezielle Ernährungsfragen oder -bedürfnisse vor Ort.

Für die allgemeine Verpflegung unserer Teilnehmer und den kleinen Hunger zwischendurch bietet der Campus eine Vielzahl an Möglichkeiten.

Von Montag bis Freitag steht das reichhaltige Angebot der Mensa zur Verfügung: vom Frühstücksbuffet über vier wechselnde Menüs zum Mittagessen einschließlich Suppe, selbstgemachtem Salatbuffet und Dessert bis hin zum Abendessen mit abwechselnd warmer und kalter Küche oder Lunchpaketen.

Zu den Kiosköffnungszeiten werden unter anderem frische Backwaren, warme Snacks, belegte Brötchen, Obst, Salat und Süßwaren angeboten. Des Weiteren gibt es eine große Auswahl an nichtalkoholischen Getränken und Kaffeespezialitäten. In der Campus Sports Bar, am Eckert Beach oder im kleinen Café im Gesundheitszentrum kann man dem Schulalltag in angenehmer Atmosphäre entfliehen.

