



Mittagspeiseplan für die Woche vom 05.01.2026 bis 11.01.2026

Ihr
Küchen-
Team
wünscht
"Guten
Appetit"

	Vollkost - Menü I			Leichte Vollkost - Menü II			Nachtisch	
Montag 05.01.2026	Zwiebel-Sahne-Schnitzel mit Kartoffelecken und Salat	203 kcal 127 kcal 54 kcal	36 g KH 27 g KH 17 g KH	gefüllte Pfannkuchen mit Zimtsoße	458 kcal 67 g KH		Fruchtjoghurt	
	GI, Ei, Mi, Sw, 4, 8	<u>390 kcal</u>		GI, Ei, Mi, 11	<u>458 kcal</u>			
Dienstag 06.01.2026	Nürnberger Würstchen mit Püree, Sauerkraut und Soße	346 kcal 127 kcal	17 g KH 27 g KH	Kartoffel-Lauch-Suppe mit Brot	319 kcal 32 g KH		Rote Grütze	
	GI, Mi, Si, Sw, 2, 4, 8	<u>473 kcal</u>		GL, Mi, Si, Sw, 4, 8	<u>319 kcal</u>			
Mittwoch 07.01.2026	Frikadellen mit Bratkartoffeln, Soße und Salat	350 kcal 127 kcal	39 g KH 27 g KH	Bauernomlett mit Bratkartoffeln Soße und Salat	232 kcal 127 kcal 27 g KH		Pudding	
	GI, Ei, Mi, Si, Sf, Sw, 4, 8	<u>461 kcal</u>		Ei, Mi, Sw, 2, 4, 8	<u>359 kcal</u>			
Donnerstag 08.01.2026	Westernpfanne mit Hackfleisch und Gemüse	336 kcal 54 kcal 127 kcal	34 g KH 17 g KH 27 g KH	Gemüselasagne mit Salat	336 kcal 54 kcal 127 kcal 27 g KH		Apfelcreme	
	SW, 2, 4, 8	<u>517 kcal</u>		GI, Ei, Mi, Si, Sf, V, 2, 4	<u>517 kcal</u>			
Freitag 09.01.2026	Fischfilet "Bordelaise" mit Salzkartoffeln und Kräutersoße	198 kcal 127 kcal 54 kcal	20 g KH 27 g KH 19 g KH	Rahmspinat mit Salzkartoffel und Rührei	384 kcal 32 g KH		Griesbrei	
	GI, Mi, Fi, Sf, 2, f	<u>379 kcal</u>		Ei, Mi, V, 2, 4	<u>384 kcal</u>			
Samstag 10.01.2026	Linse Eintopf mit Wiener und Spätzle	54 kcal 173 kcal 127 kcal	17 g KH 27 g KH 27 g KH				Obst	
	Si, Sw, 4, 8	<u>354 kcal</u>						
Sonntag 11.01.2026	Tafelspitz mit Sahneerrettichsoße Kartoffeln und Rote Beete-Salat	183 kcal 54 kcal 127 kcal	10 g KH 4 g KH 27 g KH	Putenrollbraten mit Kartoffeln, Brokkoligemüse und Soße	223 kcal 127 kcal 54 kcal 4 g KH	53 g KH 27 g KH	Eis	
	Mi, 1, 2, 8	<u>365 kcal</u>		Sf, 1, 2, 4, 8	<u>404 kcal</u>			

Die Bezeichnung, der Zusatzstoffe und der Allergene entnehmen Sie bitte dem Aushang.

Änderungen vorbehalten