



Mittagspeiseplan für die Woche vom 12.01.2026 bis 18.01.2026

Ihr
Küchen-
Team
wünscht
"Guten
Appetit"

	Vollkost - Menü I			Leichte Vollkost - Menü II			Nachtisch	
Montag 12.01.2026	Putenschnitzel Kartoffeln, Rahmsoße und Salat	263 kcal 127 kcal	36 gKH 27 gKH	Milchreis mit Zimt-Kirschen	458 kcal	67 gKH	Fruchtjoghurt	
	GI, Ei, Mi, Si, Sf 2, 4, 8	390 kcal		Mi, Sc V, 1, 2, 11	458 kcal			
Dienstag 13.01.2026	Bratwurstschnecke mit Kartoffelbrei, Rahmwirsing und Soße	346 kcal 127 kcal	17 gKH 27 gKH	Bunter Nudelauflauf	319 kcal	33 gKH	Quarkspeise	
	GI, Mi, Si, Sj, Sw, 2, 8	473 kcal		Di, Ei, Mi, Si, Sj, 1, 2, 4, 11	319 kcal			
Mittwoch 14.01.2026	Cevapcici mit Reis, Tomatensoße und Salat	436 kcal	34 gKH	Süß-Saure-Eier mit Püree	223 kcal 54 kcal	53 gKH 4 gKH	Pudding	
	GI, Ei, Sw, 1, 2, 4, 8	436 kcal		Ei, Mi, Si, Sj, V, 2, 4	404 kcal			
Donnerstag 15.01.2026	Spaghetti Carbonara dazu Salat	484 kcal	34 gKH	Hähnchenschenkel mit Kartoffelecken, Paprikasoße und Salat	327 kcal 127 kcal	34 gKH 27 gKH	Frischobst	
	GI, Ei, Mi, Sw, 2, 4, 8, 11	484 kcal		Si, Sj, Sf, 1, 2, 4, 8	454 kcal			
Freitag 16.01.2026	paniertes Seelachsfilet mit Salzkartoffeln und Zitronensoße	198 kcal 127 kcal 54 kcal	20 gKH 27 gKH 19 gKH	gefüllte Kartoffeltaschen mit Kräuterquark und Salat	257 kcal 127 kcal	32 gKH 27 gKH	Fruchtsalat	
	GI, Ei, Mi, Se, Sj, Fi, 1, 2, 4, 8	379 kcal		GI, Ei, Mi, Si, Sw, 1m 11	384 kcal			
Samstag 17.01.2026				Erbse in Topf mit Bockwurst	458 kcal	42 gKH	Eis	
				GI, Si, Sj, Sw, 2, S, 8	458 kcal			
Sonntag 18.01.2026	Rinderrouladen mit Rohrkohl und Kartoffelpüree	183 kcal 54 kcal 127 kcal	10 gKH 4 gKH 27 gKH	Schweinegeschnetzeltes Züricher Art mit Rösti und Salat	223 kcal 54 kcal	53 gKH 4 gKH	Schoko-Mousse	
	mi, Si, Sf, 1, 2, 4, 8	365 kcal		GI, Mi, Si, Sj, Sf, Sw, 2, 4, 8	404 kcal			

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

Änderungen vorbehalten