



Mittagspeiseplan für die Woche vom 15.12.2025 bis 21.12.2025

Ihr
Küchen-
Team
wünscht
"Guten
Appetit"

	Vollkost - Menü I			Leichte Vollkost - Menü II			Nachtisch	
Montag 15.12.2025	Paprikaschnitzel mit Kartoffeln, Salat und Soße 2, 3, 8, a, e, j	173 kcal 127 kcal 54 kcal 354 kcal	20 gKH 27 gKH 27 gKH	Quarkauflauf mit warmen Kirschen 2, 3, 6, 4, h, j	458 kcal 67 gKH 458 kcal	Joghurt		
Dienstag 16.12.2025	Hackbällchen mit Reis und Tomatensoße 1, 2, 3, h	346 kcal 127 kcal 473 kcal	17 gKH 27 gKH	Spaghetti mit Bolognese und Salat 1, 2, 3, h	327 kcal 127 kcal 454 kcal	Karamellpudding		
Mittwoch 17.12.2025	Puten Gyros mit Reis, Kräuterquark und Krautsalat 7, a, b, f, h, j	134 kcal 127 kcal 261 kcal	12 gKH 27 gKH	Grünkohl mit Kartoffeln und Mettwurst 2, 3, 6, 7, 8, b, e, h, j	232 kcal 127 kcal 126 kcal 485 kcal	Pflaumen Kompott		
Donnerstag 18.12.2025	Nudeln mit Tomaten-Speck-Soße 2, 3, 8, a, e, j	378 kcal 377 kcal	34 gKH	Hackfleisch-Pilz-Eintopf mit Spätzle und Salat 1, 2, 3, h	327 kcal 127 kcal 454 kcal	Frischobst		
Freitag 19.12.2025	Fischstäbchen mit Kartoffelsalat und Remoulde 2, 3, 10, b, n, j	198 kcal 127 kcal 54 kcal 379 kcal	20 gKH 27 gKH 19 gKH	Rahmspinat mit Salzkartoffeln und Rührei 1, 2, 3, h	327 kcal 127 kcal 454 kcal	Götterspeise		
Samstag 20.12.2025	Kürbiseintopf mit Brot 2, 3, 8, a, h, j	127 kcal 331 kcal 458 kcal	27 gKH 37 gKH			Obstsalat		
Sonntag 21.12.2025	Schweinekotelett mit Kartoffelbrei Sauerkraut und Soße 1, 2, a, b, e, j	183 kcal 54 kcal 127 kcal 365 kcal	10 gKH 4 gKH 27 gKH	gegrillte Hähnchenbrust mit Curry-Kokos-Soße Reis und Salat 1, 2, 3, 7, 8, b, h, j	223 kcal 127 kcal 54 kcal 404 kcal	Paradies-Creme		

Zusatzstoffe

1 Glutenhaltig, 2 Milchprodukte, 3 Eier, 4 Soja, 5 Erdnüsse, 6 Schalenfrüchte, 7 Sellerie, 8 Senf, 10 Fisch, 11 Sesamsamen, Schwefeldioxid u. Sulfite, 12 Lupinen
a Farbstoff, b Konservierungsstoff, c Nitritpökelsalz, d geschwefelt, e geschwärzt, g Phosphat, h Geschmacksverstärker, i gewachst, j Süßungsmittel, m kann bei übermäßigen
Verzehr abführend wirken

Änderungen vorbehalten