

# Speiseplan vom 24.03.2025 bis 30.03.2025, 13. Kalenderwoche

	Menü 1/ normale Kost	Nährwerte	Menü 2/ leichte Kost	Nährwerte	Dessert	Nährwerte	Informationserläuterung Nährwerte
24.03.2025 Montag	Steckrübeneintopf mit Rauchfleisch	kcal: 353, E: 14,14 g, F: 10,48 g, KH: 47,35 g	Blumenkohl-Cremesuppe mit Fleischklößchen	kcal: 376, E: 16,07 g, F: 14,32 g, KH: 42,26 g	Sahnejoghurt	kcal: 210, E: 3,90 g, F: 12,45 g, KH: 19,05 g	Energie (Kilokalorien) = kcal
	1,2,3,4,5,8,a,a1,g,i,j,l		a,a1,c,g		g		Eiweiß (Protein) = E: in g
25.03.2025 Dienstag	pikante Gehacktesstippe, hausgemachter Kartoffelbrei, Schlesische Gurkenhappen	kcal: 446, E: 21,91 g, F: 19,60 g, KH: 41,67 g	Eier-Patty mit Schnittlauch, Möhrengemüse und Kartoffelbrei	kcal: 370, E: 11,91 g, F: 19,16 g, KH: 34,27 g	Frisches Obst nach Angebot	kcal: 46, E: 0,41 g, F: 0,13 g, KH: 10,24 g	Fett = F: in g
	1,a,a1,g,j		1,3,5,a,a1,c,g,i,l		2		Kohlenhydrate = KH: in g
26.03.2025 Mittwoch	Hähnchenschnitzel im Käsebackteig, Buttererbsen, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 507, E: 36,10 g, F: 15,16 g, KH: 52,61 g	pikante Hirtenrolle in Rahmsoße, Kohlrabigemüse, Kartoffelbrei	kcal: 467, E: 21,06 g, F: 29,30 g, KH: 28,15 g	Rote Grütze mit Vanillesoße	kcal: 114, E: 1,47 g, F: 1,27 g, KH: 23,95 g	<b>Legende der Zusatzstoffe und Allergene:</b>
	1,3,5,a,a1,c,g,l		1,3,5,a,a1,c,f,g,i,l		1,a,a1,g		1 = mit Farbstoff/en, 11 = mit Zuckerart/en und Süßungsmittel/n, 2 = konserviert, 3 = mit Antioxidationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärker, 5 = geschwefelt, 8 = mit Phosphat/en, 9 = mit Süßungsmittel/n, a = Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1 = Weizen, a3 = Gerste, c = Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, d = Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse, f = Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse, g = Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschl. Laktose), i = Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, j = Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse, l = Schwefeldioxide und Sulphite >10 mg/kg oder 10mg/l
27.03.2025 Donnerstag	cremiger Milchreis mit Zimt & Zucker	kcal: 547, E: 20,56 g, F: 13,78 g, KH: 84,72 g	Geschnetzeltes von der Pute, buntes Frühlingsgemüse & Kartoffelbrei	kcal: 451, E: 34,41 g, F: 18,09 g, KH: 33,81 g	Apfelmus	kcal: 52, E: 0,00 g, F: 0,00 g, KH: 12,00 g	
	g		1,3,5,a,a1,a3,g,l		3		
28.03.2025 Freitag	zartes Welsfilet an Pommersche Soße, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 348, E: 26,02 g, F: 17,79 g, KH: 20,14 g	feines Sülzkotelette an Kräuterremoulade, Kartoffelbrei	kcal: 581, E: 15,81 g, F: 45,34 g, KH: 26,64 g	Fruchtsaftgetränk	kcal: 84, E: 0,00 g, F: 0,00 g, KH: 20,00 g	
	1,3,5,a,a1,a3,d,g,j,l		1,2,3,5,8,c,g,i,j,l		3		
29.03.2025 Samstag	deftige Schaschlik-Pfanne mit Spirelli oder Kartoffelbrei & Rotkrautsalat	kcal: 483, E: 33,84 g, F: 16,15 g, KH: 48,53 g	deftige Schaschlik-Pfanne mit Spirelli oder Kartoffelbrei & Rotkrautsalat	kcal: 483, E: 33,84 g, F: 16,15 g, KH: 48,53 g	Becher Dessert nach Angebot	kcal: 131, E: 3,00 g, F: 5,73 g, KH: 16,65 g	<b>Hinweis zum Abendbrot:</b> Die Informationen zu den im Abendbrot enthaltenen Inhalts- & Zusatzstoffen sowie Allergene befinden sich in einem separaten Ordner auf dem jeweiligen Wohnbereich und können dort eingesehen werden!
	1,3,4,5,a,a1,c,g,j,l		1,3,4,5,a,a1,c,g,j,l		a,a1,g		
30.03.2025 Sonntag	Hähnchenroulade, Brechbohnen, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 417, E: 27,26 g, F: 23,77 g, KH: 23,61 g	Hähnchenroulade, Brechbohnen, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 417, E: 27,26 g, F: 23,77 g, KH: 23,61 g	Becher Dessert nach Angebot	kcal: 131, E: 3,00 g, F: 5,73 g, KH: 16,65 g	Küchenleiter*in
	1,3,5,a,a1,c,g,l		1,3,5,a,a1,c,g,l		a,a1,g		Hauswirtschaftsleiter*in Bewohnerbeirat

Änderungen vorbehalten