

Speiseplan vom 14.09.2026 bis 20.09.2026, 38. Kalenderwoche

Regionalverband Magdeburg e.V.

	Menü 1/ normale Kost	Nähr- werte	Menü 2/ leichte Kost	Nähr- werte	Dessert	Nähr- werte	Informationserläuterung Nährwerte							
14.09.2026 Montag	deftiger Erbseneintopf mit Bockwurst	kcal: 577, E: 30,07 g, F: 19,55 g, KH: 64,72 g	Kürbis-Cremesuppe mit Gemüse & Rinderhackfleisch	kcal: 492, E: 14,28 g, F: 22,83 g, KH: 55,10 g	Sahnejoghurt	kcal: 200, E: 3,90 g, F: 12,75 g, KH: 16,05 g	Energie (Kilokalorien) = kcal							
							Eiweiß (Protein) = E: in g							
							Fett = F: in g							
							Kohlenhydrate = KH: in g							
	1,2,3,4,5,8,a,a1,i,j,l	2,3,a,a1,g,i,l	g	Legende der Zusatzstoffe und Allergene:										
15.09.2026 Dienstag	herzhafte Nudelpfanne mit buntem Gemüse & Schinkenwürfel an Tomaten- Käsesoße, Rohkostsalat	kcal: 501, E: 15,73 g, F: 30,20 g, KH: 40,03 g	2 gekochte Eier in Petersilien- Senfsoße mit Kartoffelbrei & Rohkostsalat	kcal: 522, E: 21,47 g, F: 31,62 g, KH: 36,04 g	Frisches Obst nach Angebot	kcal: 46, E: 0,41 g, F: 0,13 g, KH: 10,24 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), h = Schalenfrüchte und daraus gewonnene Erzeugnisse, h2 = Haselnüsse, i = Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, j = Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse, l = Schwefeldioxide und Sulphite >10 mg/kg oder 10mg/l							
							11,2,3,8,a,a1,i,j	2,3,a,a1,a3,c,g,j,l	2					
							16.09.2026 Mittwoch	hausgemachter Bratklops, Porreegemüse, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 377, E: 30,36 g, F: 17,15 g, KH: 21,87 g	hausgemachter Kochklops in Kräuter-Rahmsoße, buntes Gemüse, Kartoffelbrei	kcal: 444, E: 22,85 g, F: 21,15 g, KH: 36,12 g	Götterspeise mit Vanillesoße	kcal: 57, E: 1,11 g, F: 1,07 g, KH: 10,82 g	
														3,a,a1,a3,c,g,j,l
	17.09.2026 Donnerstag	Rindergulasch, Rosenkohl, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 322, E: 25,95 g, F: 15,40 g, KH: 16,20 g	Marillen-Topfenknödel mit warmer Vanillesoße	kcal: 731, E: 17,22 g, F: 17,03 g, KH: 125,02 g	Apfelmus								kcal: 69, E: 0,00 g, F: 0,00 g, KH: 16,00 g
3,g,j,l														
18.09.2026 Freitag								Wildlachsfilet mit Frischkäse- Knusperauflage, Orangen- Sahnesoße, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 546, E: 28,52 g, F: 27,49 g, KH: 44,15 g	Vegane Gemüse-Bratwurst, Kartoffelbrei, Gurkensalat	kcal: 395, E: 17,98 g, F: 23,12 g, KH: 27,26 g	Fruchtsaft- getränk	kcal: 86, E: 0,00 g, F: 0,00 g, KH: 20,00 g	
							3,a,a1,d,g,l							
		19.09.2026 Samstag	Hähnchenbrust-Streifen "India" mit gelbem Curry und Gemüse, Reis oder Kartoffelbrei	kcal: 430, E: 21,41 g, F: 21,38 g, KH: 31,03 g	Hähnchenbrust-Streifen "India" mit gelbem Curry und Gemüse, Reis oder Kartoffelbrei	kcal: 430, E: 21,41 g, F: 21,38 g, KH: 31,03 g	Becher Dessert nach Angebot							kcal: 131, E: 3,00 g, F: 5,73 g, KH: 16,65 g
	3,g,i,l													
	20.09.2026 Sonntag							marinierter Schweinebraten, grüne Brechbohnen, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 416, E: 30,21 g, F: 25,91 g, KH: 16,01 g	marinierter Schweinebraten, grüne Brechbohnen, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 416, E: 30,21 g, F: 25,91 g, KH: 16,01 g	Becher Dessert nach Angebot	kcal: 131, E: 3,00 g, F: 5,73 g, KH: 16,65 g	
3,g,j,l														
						Bewohnerbeirat								

Änderungen vorbehalten