

# Speiseplan vom 29.06.2026 bis 05.07.2026, 27. Kalenderwoche

	Menü 1/ normale Kost	Nährwerte	Menü 2/ leichte Kost	Nährwerte	Dessert	Nährwerte	Informationserläuterung Nährwerte
29.06.2026 Montag	Kohlrübeneintopf mit Rauchfleisch	kcal: 353, E: 14,12 g, F: 10,48 g, KH: 47,34 g	Blumenkohl-Cremesuppe mit Fleischklößchen	kcal: 356, E: 15,45 g, F: 14,80 g, KH: 37,01 g	Sahnejoghurt	kcal: 200, E: 3,90 g, F: 12,75 g, KH: 16,05 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
30.06.2026 Dienstag	Rindergulasch, buntes Bohnengemüse, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 294, E: 29,83 g, F: 10,85 g, KH: 19,11 g	pikantes Wurstragout in Kräuter-Rahmsoße, Kartoffelbrei & Tomatensalat	kcal: 496, E: 16,67 g, F: 33,80 g, KH: 30,85 g	Milchdrink nach Angebot	kcal: 83, E: 4,73 g, F: 0,23 g, KH: 15,75 g	Fett = F: in g
	1,3,g,j,l		11,2,3,8,a,a1,g,i,j,l		1,11,g		Kohlenhydrate = KH: in g
01.07.2026 Mittwoch	2 Königsberger Klopse in Kapernsoße, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei, Apfel-Karottensalat	kcal: 457, E: 15,58 g, F: 26,44 g, KH: 38,23 g	Curry-Geschnetzeltes "Hähnchen-Art" (Vegetarisch) mit grünem Gemüse und Kartoffelbrei	kcal: 424, E: 29,92 g, F: 17,63 g, KH: 30,58 g	Becher Dessert nach Angebot	kcal: 131, E: 3,00 g, F: 5,73 g, KH: 16,65 g	<b>Legende der Zusatzstoffe und Allergene:</b>
	3,a,a1,a3,c,g,l		1,3,4,a,a1,a3,c,g,j,l		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), 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
02.07.2026 Donnerstag	kalter Milchreis mit warmer Sauerkirschgrütze	kcal: 547, E: 20,52 g, F: 13,78 g, KH: 84,70 g	gekochtes Schweinefleisch, Karottengemüse, Kartoffelbrei	kcal: 411, E: 29,32 g, F: 17,01 g, KH: 32,40 g	Frisches Obst nach Angebot	kcal: 46, E: 0,41 g, F: 0,13 g, KH: 10,24 g	
	g		3,a,a1,c,g,l		2		
03.07.2026 Freitag	paniertes Kabeljaufilet an Kräuter-Remoulade, hausgem. Kartoffelsalat oder Kartoffelbrei	kcal: 248, E: 19,65 g, F: 8,37 g, KH: 22,00 g	Welslebener Prinzenschmaus (Sülze in Aspik) an Kräuter-Remoulade, Kartoffelbrei	kcal: 620, E: 17,99 g, F: 48,54 g, KH: 26,86 g	Fruchtsaftgetränk	kcal: 86, E: 0,00 g, F: 0,00 g, KH: 20,00 g	
	3,a,a1,a3,c,d,g,j,l		2,3,8,c,g,i,j,l		3		
04.07.2026 Samstag	Schlemmerröhrei mit Schnittlauch, hausgemachter Kartoffelbrei, Gurkensalat	kcal: 483, E: 29,66 g, F: 32,45 g, KH: 26,01 g	Schlemmerröhrei mit Schnittlauch, hausgemachter Kartoffelbrei, Gurkensalat	kcal: 483, E: 29,66 g, F: 32,45 g, KH: 26,01 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!
	2,3,5,8,c,g,i,l		2,3,5,8,c,g,i,l		a,a1,g		
05.07.2026 Sonntag	zarter Schweinebraten, Sommergemüse, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 426, E: 29,17 g, F: 25,85 g, KH: 16,76 g	zarter Schweinebraten, Sommergemüse, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 426, E: 29,17 g, F: 25,85 g, KH: 16,76 g	Becher Dessert nach Angebot	kcal: 131, E: 3,00 g, F: 5,73 g, KH: 16,65 g	Küchenleiter*in
	3,g,j,l		3,g,j,l		a,a1,g		Hauswirtschaftsleiter*in Bewohnerbeirat

Änderungen vorbehalten