

# Speiseplan vom 27.10.2025 bis 02.11.2025, 44. Kalenderwoche

Regionalverband Magdeburg e.V.

|                          | Menü 1/ normale Kost                                                                                      | Nähr-<br>werte                                          | Menü 2/ leichte Kost                                                                                         | Nähr-<br>werte                                          | Dessert                           | Nähr-<br>werte                                            | Informationserläuterung<br>Nährwerte                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 27.10.2025<br>Montag     | Weißkohleintopf mit<br>Schweinefleisch                                                                    | kcal: 248, E:<br>8,30 g, F: 5,36<br>g, KH: 38,87 g      | Geflügel Cremesuppe mit<br>Gemüsestreifen &<br>Hähnchenfleisch                                               | kcal: 238, E:<br>13,46 g, F:<br>8,52 g, KH:<br>26,32 g  | Sahnejoghurt                      | kcal: 200,<br>E: 3,90 g,<br>F: 12,75 g,<br>KH: 16,05<br>g | Energie (Kilokalorien) = kcal                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|                          |                                                                                                           |                                                         |                                                                                                              |                                                         |                                   |                                                           | Eiweiß (Protein) = E: in g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|                          |                                                                                                           |                                                         |                                                                                                              |                                                         |                                   |                                                           | Fett = F: in g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                          |                                                                                                           |                                                         |                                                                                                              |                                                         |                                   |                                                           | Kohlenhydrate = KH: in g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|                          | 1,3,4,5,a,a1,i,j,l                                                                                        | a,a1,c,g,i                                              | g                                                                                                            | Legende der Zusatzstoffe<br>und Allergene:              |                                   |                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 28.10.2025<br>Dienstag   | Hühnerfrikassee mit Spargel<br>& Fleischklößchen, Reis oder<br>Kartoffelbrei                              | kcal: 643, E:<br>32,04 g, F:<br>16,57 g, KH:<br>88,94 g | Rindfleischfrikadelle,<br>Kohlrabigemüse, Kartoffelbrei                                                      | kcal: 399, E:<br>22,16 g, F:<br>23,82 g, KH:<br>23,88 g | Frisches Obst<br>nach Angebot     | kcal: 46,<br>E: 0,41 g,<br>F: 0,13 g,<br>KH: 10,24<br>g   | 1 = mit Farbstoff/en, 11 = mit<br>Zuckerart/en und<br>Süßungsmittel/n, 2 =<br>konserviert, 3 = mit<br>Antioxidationsmittel, 4 = mit<br>Geschmacksverstärker, 5 =<br>geschwefelt, 8 = mit<br>Phosphat/en, 9 = mit<br>Süßungsmittel/n, a =<br>Glutenhaltiges Getreide<br>sowie daraus hergestellte<br>Erzeugnisse, a1 = Weizen,<br>a3 = Gerste, c = Eier und<br>daraus gewonnene<br>Erzeugnisse, d = Fische und<br>daraus gewonnene<br>Erzeugnisse, f = Sojabohnen<br>und daraus gewonnene<br>Erzeugnisse, g = Milch und<br>daraus gewonnene<br>Erzeugnisse (einschl.<br>Laktose), i = Sellerie und<br>daraus gewonnene<br>Erzeugnisse, j = Senf und<br>daraus gewonnene<br>Erzeugnisse, l =<br>Schwefeldioxide und<br>Sulphite >10 mg/kg oder<br>10mg/l |
|                          |                                                                                                           |                                                         |                                                                                                              |                                                         |                                   |                                                           | 1,3,5,a,a1,c,d,f,g,i,j,l                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 29.10.2025<br>Mittwoch   | zarter Pökel-Nackenbraten,<br>Sauerkraut, Salzkartoffeln<br>oder Kartoffelbrei                            | kcal: 537, E:<br>25,82 g, F:<br>34,14 g, KH:<br>28,71 g | gedünstete Hähnchenbrust,<br>Schonkostgemüse,<br>Kartoffelbrei                                               | kcal: 355, E:<br>27,20 g, F:<br>13,05 g, KH:<br>31,09 g | Rote Grütze<br>mit<br>Vanillesoße | kcal: 114,<br>E: 1,48 g,<br>F: 1,27 g,<br>KH: 23,95<br>g  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                          |                                                                                                           |                                                         |                                                                                                              |                                                         |                                   |                                                           | 1,2,3,5,a,a1,g,l                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| 30.10.2025<br>Donnerstag | cremiger Grießbrei                                                                                        | kcal: 541, E:<br>21,94 g, F:<br>15,00 g, KH:<br>78,87 g | Rindfleischstreifen<br>"Stroganoff"(mit Gewürzgurke,<br>Rote Beete & Senf) in<br>Bratensoße an Kartoffelbrei | kcal: 410, E:<br>33,45 g, F:<br>17,70 g, KH:<br>24,09 g | Erdbeer-<br>kompott               | kcal: 75,<br>E: 0,70 g,<br>F: 0,40 g,<br>KH: 15,50<br>g   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                          |                                                                                                           |                                                         |                                                                                                              |                                                         |                                   |                                                           | a,a1,g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| 31.10.2025<br>Freitag    | Schweinegeschnetzeltes<br>"Gyros Art", Pariser<br>Karotten, Salzkartoffeln oder<br>Kartoffelbrei          | kcal: 383, E:<br>24,57 g, F:<br>21,41 g, KH:<br>19,23 g | Schweinegeschnetzeltes<br>"Gyros Art", Pariser<br>Karotten, Salzkartoffeln oder<br>Kartoffelbrei             | kcal: 383, E:<br>24,57 g, F:<br>21,41 g, KH:<br>19,23 g | Becher<br>Dessert nach<br>Angebot | kcal: 131,<br>E: 3,00 g,<br>F: 5,73 g,<br>KH: 16,65<br>g  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                          |                                                                                                           |                                                         |                                                                                                              |                                                         |                                   |                                                           | 1,3,5,a,a1,g,i,l                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| 01.11.2025<br>Samstag    | süßsaures Eierragout mit<br>Speck, Gemüsestreifen &<br>Schnittlauch, Salzkartoffeln<br>oder Kartoffelbrei | kcal: 339, E:<br>15,91 g, F:<br>20,76 g, KH:<br>21,34 g | süßsaures Eierragout mit<br>Speck, Gemüsestreifen &<br>Schnittlauch, Salzkartoffeln<br>oder Kartoffelbrei    | kcal: 339, E:<br>15,91 g, F:<br>20,76 g, KH:<br>21,34 g | Becher<br>Dessert nach<br>Angebot | kcal: 131,<br>E: 3,00 g,<br>F: 5,73 g,<br>KH: 16,65<br>g  | <b>Hinweis zum Abendbrot:</b><br>Die Informationen zu den im<br>Abendbrot enthaltenen Inhalts- &<br>Zusatzstoffen sowie Allergene<br>befinden sich in einem separaten<br>Ordner auf dem jeweiligen<br>Wohnbereich und können dort<br>eingesehen werden!                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                          |                                                                                                           |                                                         |                                                                                                              |                                                         |                                   |                                                           | 1,2,3,5,a,a1,a3,c,g,i,j,l                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 02.11.2025<br>Sonntag    | zarte Schweineroulade,<br>Rosenkohl, Salzkartoffeln<br>oder Kartoffelbrei                                 | kcal: 487, E:<br>26,73 g, F:<br>30,05 g, KH:<br>21,79 g | zarte Schweineroulade,<br>Schonkostgemüse,<br>Salzkartoffeln oder<br>Kartoffelbrei                           | kcal: 423, E:<br>24,23 g, F:<br>23,99 g, KH:<br>23,43 g | Becher<br>Dessert nach<br>Angebot | kcal: 131,<br>E: 3,00 g,<br>F: 5,73 g,<br>KH: 16,65<br>g  | Küchenleiter*in                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                          |                                                                                                           |                                                         |                                                                                                              |                                                         |                                   |                                                           | 1,2,3,5,a,a1,g,j,l                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|                          |                                                                                                           |                                                         |                                                                                                              |                                                         |                                   |                                                           | Bewohnerbeirat                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

Änderungen vorbehalten