

Speiseplan vom 05.10.2026 bis 11.10.2026, 41. Kalenderwoche

	Menü 1/ normale Kost	Nähr- werte	Menü 2/ leichte Kost	Nähr- werte	Dessert	Nähr- werte	Informationserläuterung Nährwerte
05.10.2026 Montag	grüne Bohneneintopf mit Rauchfleisch	kcal: 305, E: 15,24 g, F: 7,21 g, KH: 44,33 g	Spargelcremesuppe mit Fleischklößchen	kcal: 540, E: 6,67 g, F: 29,50 g, KH: 61,41 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,j,l		a,a1,c,g		g		Eiweiß (Protein) = E: in g
06.10.2026 Dienstag	Hähnchenbrustgeschnetzelte, Möhren-Kohlrabigemüse, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 375, E: 20,65 g, F: 20,88 g, KH: 18,26 g	gekochtes Schweinefleisch, Möhren-Kohlrabigemüse, Kartoffelbrei	kcal: 394, E: 30,77 g, F: 16,94 g, KH: 28,58 g	Frisches Obst nach Angebot	kcal: 46, E: 0,41 g, F: 0,13 g, KH: 10,24 g	Fett = F: in g
	3,a,a1,g,l		3,a,a1,c,g,l		2		Kohlenhydrate = KH: in g
07.10.2026 Mittwoch	Jägerschnitzel, Rahmchampignons, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 520, E: 21,21 g, F: 33,54 g, KH: 31,45 g	Geflügel-Jägerschnitzel, Schonkostgemüse, Kartoffelbrei	kcal: 497, E: 17,56 g, F: 29,58 g, KH: 37,84 g	Rote Grütze mit Vanillesoße	kcal: 114, E: 1,48 g, F: 1,27 g, KH: 23,94 g	Legende der Zusatzstoffe und Allergene: 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
	2,3,8,a,a1,g,j,l		2,3,8,a,a1,g,i,j,l		1,a,a1,g		
08.10.2026 Donnerstag	cremiger Milchreis mit Zimt & Zucker	kcal: 547, E: 20,52 g, F: 13,78 g, KH: 84,70 g	zarte Rinderbrust in Apfel- Meerrettich-Sahnesoße, Kartoffelbrei, Rotkrautsalat	kcal: 503, E: 24,58 g, F: 34,35 g, KH: 21,73 g	Apfelmus	kcal: , E: g, F: g, KH: g	
	g		3,a,a1,a3,g,i,l				
09.10.2026 Freitag	gebratenes Seefischfilet an Zitronen-Senf-Soße, hausgemachter Kartoffelsalat oder Kartoffelbrei	kcal: 489, E: 16,30 g, F: 25,93 g, KH: 47,81 g	Bunte Paprikapfanne an Tomatensoße, Kartoffelbrei	kcal: 345, E: 13,27 g, F: 15,21 g, KH: 35,47 g	Fruchtsaft- getränk	kcal: 86, E: 0,00 g, F: 0,00 g, KH: 20,00 g	
	1,11,2,3,a,a1,a3,c,d,g,j,l		3,a,a1,g,i,j,l		3		
10.10.2026 Samstag	Omelett mit Spinatfüllung an Kräutersoße, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 378, E: 21,90 g, F: 21,11 g, KH: 22,69 g	Omelett mit Spinatfüllung an Kräutersoße, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 378, E: 21,90 g, F: 21,11 g, KH: 22,69 g	Becher Dessert nach Angebot	kcal: 131, E: 3,00 g, F: 5,73 g, KH: 16,65 g	Hinweis zum Abendbrot: 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,a,a1,c,g,i,l		1,3,a,a1,c,g,i,l		a,a1,g		
11.10.2026 Sonntag	zarte Schweineroulade, Rosenkohl, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 486, E: 26,72 g, F: 30,05 g, KH: 21,63 g	zarte Schweineroulade, Schonkostgemüse, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 422, E: 24,22 g, F: 23,99 g, KH: 23,27 g	Becher Dessert nach Angebot	kcal: 131, E: 3,00 g, F: 5,73 g, KH: 16,65 g	Küchenleiter*in
	1,2,3,a,a1,g,j,l		1,2,3,a,a1,g,i,j,l		a,a1,g		Hauswirtschaftsleiter*in
Bewohnerbeirat							

Änderungen vorbehalten