

Speiseplan vom 28.09.2026 bis 04.10.2026, 40. Kalenderwoche

Regionalverband Magdeburg e. V.

	Menü 1/ normale Kost	Nähr- werte	Menü 2/ leichte Kost	Nähr- werte	Dessert	Nähr- werte	Informationserläuterung Nährwerte
28.09.2026 Montag	Kartoffelsuppe mit Jagdwurstwürfel	kcal: 273, E: 14,00 g, F: 10,94 g, KH: 28,85 g	Geflügel Cremesuppe mit Gemüsestreifen & Hähnchenfleisch	kcal: 238, E: 13,45 g, F: 8,52 g, KH: 26,29 g	Sahne- joghurt	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
	2,3,5,8,a,a1,i,j,l	a,a1,c,g,i	g	Legende der Zusatzstoffe und Allergene:			
29.09.2026 Dienstag	Schweinegulasch, Rotkohl, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 449, E: 28,43 g, F: 17,70 g, KH: 41,04 g	Schweinegulasch, Schonkostgemüse, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 432, E: 29,54 g, F: 19,11 g, KH: 32,75 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, a4 = Hafer, 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 = Schwefeldioxyde und Sulphite >10 mg/kg oder 10mg/l
							1,3,4,a,a1,g,j,l
30.09.2026 Mittwoch	Geflügelschnitzel "Cordon bleu", Mischgemüse, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 469, E: 15,83 g, F: 27,75 g, KH: 36,71 g	gekochtes Schweinefleisch, Blumenkohl, Kartoffelbrei	kcal: 404, E: 32,91 g, F: 16,92 g, KH: 27,34 g	Milchreis mit Kirschen	kcal: 131, E: 3,00 g, F: 5,73 g, KH: 16,65 g	
							2,3,8,a,a1,a3,c,g,l
01.10.2026 Donnerstag	deftige lose Wurst mit Sauerkraut, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 647, E: 28,64 g, F: 35,48 g, KH: 49,80 g	Vanille-Milchnudeln mit Zimt & Zucker	kcal: 492, E: 18,52 g, F: 11,87 g, KH: 77,28 g	Apfelmus	kcal: 69, E: 0,00 g, F: 0,00 g, KH: 16,00 g	
							2,3,a,a1,a4,g,l
02.10.2026 Freitag	zartes Bratheringsfilet an süß-saurer Soße " Vinaigrette " (Essig-Öl-Wasserbasis), Bratkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 674, E: 24,90 g, F: 45,70 g, KH: 37,91 g	Lammhacksteak mit grünen Bohnen und Kartoffelbrei	kcal: 358, E: 16,45 g, F: 20,09 g, KH: 27,86 g	Fruchtsaft- getränk	kcal: 86, E: 0,00 g, F: 0,00 g, KH: 20,00 g	
							1,11,2,3,9,a,a1,d,f,g,i,j,l
03.10.2026 Samstag	feines Eierragout mit Gemüsestreifen & Fleischklößchen, Reis oder Kartoffelbrei	kcal: 384, E: 18,47 g, F: 17,81 g, KH: 36,48 g	feines Eierragout mit Gemüsestreifen & Fleischklößchen, Reis oder Kartoffelbrei	kcal: 384, E: 18,47 g, F: 17,81 g, KH: 36,48 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!
							3,a,a1,a3,c,g,i,j,l
04.10.2026 Sonntag	Putenrollbraten an Rotweinsoße, Rosenkohl, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 433, E: 32,28 g, F: 21,71 g, KH: 24,41 g	Putenrollbraten an Rotweinsoße, Schonkostgemüse, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 433, E: 32,28 g, F: 21,71 g, KH: 24,41 g	Becher Dessert nach Angebot	kcal: 131, E: 3,00 g, F: 5,73 g, KH: 16,65 g	Küchenleiter*in
							3,g,l
							Bewohnerbeirat

Änderungen vorbehalten