

Speiseplan vom 12.10.2026 bis 18.10.2026, 42. Kalenderwoche

	Menü 1/ normale Kost	Nähr- werte	Menü 2/ leichte Kost	Nähr- werte	Dessert	Nähr- werte	Informationserläuterung Nährwerte
12.10.2026 Montag	Weißkohleintopf mit Schweinefleisch	kcal: 299, E: 15,23 g, F: 8,03 g, KH: 38,91 g	Kürbis-Curry-Cremesuppe mit Gemüse & Schinkenwürfel	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
	1,3,4,5,a,a1,i,j,l		2,3,a,a1,g,i,l		g		Eiweiß (Protein) = E: in g
13.10.2026 Dienstag	pikante Gehacktesstippe, hausgemachter Kartoffelbrei, Schlesische Gurkenhappen	kcal: 414, E: 20,88 g, F: 19,16 g, KH: 35,98 g	Geflügelfrikadelle, Blumenkohl, Kartoffelbrei	kcal: 414, E: 16,76 g, F: 21,53 g, KH: 37,39 g	Frisches Obst nach Angebot	kcal: 46, E: 0,41 g, F: 0,13 g, KH: 10,24 g	Fett = F: in g
	1,a,a1,g,j		3,a,a1,c,g,l		2		Kohlenhydrate = KH: in g
14.10.2026 Mittwoch	zart gebratene Hähnchenkeule, Rotkohl, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 642, E: 38,80 g, F: 35,59 g, KH: 38,99 g	gedünstet Hähnchenkeule, Karottengemüse, Kartoffelbrei	kcal: 617, E: 38,85 g, F: 35,43 g, KH: 32,54 g	Sahnepudding mit Fruchtsoße	kcal: 220, E: 4,37 g, F: 4,96 g, KH: 39,31 g	Legende der Zusatzstoffe und Allergene:
	3,a,a1,c,g,l		3,a,a1,c,g,l		1,g		1 = mit Farbstoff/en, 11 = mit Zuckerart/en und Süßungsmittel/n, 2 = konserviert, 3 = mit Antioxidationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärker, 5 = geschwefelt, 9 = mit Süßungsmittel/n, a = Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1 = Weizen, 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
15.10.2026 Donnerstag	Spanferkel Rollbraten, Sauerkraut, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 397, E: 23,43 g, F: 17,29 g, KH: 34,35 g	3 gebackene Apfelringe im Teigmantel an warmer Vanille-Zimt-Soße	kcal: 534, E: 17,61 g, F: 13,92 g, KH: 83,35 g	Milchdrink nach Angebot	kcal: 83, E: 4,73 g, F: 0,23 g, KH: 15,75 g	
	3,a,a1,g,l		a,a1,c,g		1,11,g		
16.10.2026 Freitag	gebratenes Seelachsfilet in Eihülle auf Gemüse, dazu Senf- Rahmsoße, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 329, E: 14,85 g, F: 17,29 g, KH: 26,83 g	gekochtes Schweinefleisch, Kohlrabigemüse, Kartoffelbrei	kcal: 411, E: 29,32 g, F: 17,01 g, KH: 32,40 g	Fruchtsaft- getränk	kcal: 86, E: 0,00 g, F: 0,00 g, KH: 20,00 g	
	1,3,a,a1,d,g,j,l		3,a,a1,c,g,l		3		
17.10.2026 Samstag	feines Putengeschnetzeltes mit Champignons, Spätzle oder Kartoffelbrei	kcal: 499, E: 26,71 g, F: 26,78 g, KH: 31,27 g	feines Putengeschnetzeltes mit Champignons, Spätzle oder Kartoffelbrei	kcal: 499, E: 26,71 g, F: 26,78 g, KH: 31,27 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,g,l		1,3,a,a1,g,l		a,a1,g		
18.10.2026 Sonntag	zarter Kalbsrollbraten, buntes Gemüse, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 331, E: 26,28 g, F: 14,46 g, KH: 21,05 g	zarter Kalbsrollbraten, buntes Gemüse, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 331, E: 26,28 g, F: 14,46 g, KH: 21,05 g	Becher Dessert nach Angebot	kcal: 131, E: 3,00 g, F: 5,73 g, KH: 16,65 g	Küchenleiter*in
	3,g,l		3,g,l		a,a1,g		Hauswirtschaftsleiter*in
							Bewohnerbeirat

Änderungen vorbehalten