

Speiseplan vom 13.07.2026 bis 19.07.2026, 29. Kalenderwoche

	Menü 1/ normale Kost	Nähr- werte	Menü 2/ leichte Kost	Nähr- werte	Dessert	Nähr- werte	Informationserläuterung Nährwerte
13.07.2026 Montag	Reiseintopf mit Hühnerfleisch	kcal: 292, E: 15,16 g, F: 2,95 g, KH: 49,74 g	Bunter Gemüseeintopf mit Fleischklößchen	kcal: 323, E: 10,67 g, F: 11,97 g, KH: 41,00 g	Sahnejoghurt	kcal: 200, E: 3,90 g, F: 12,75 g, KH: 16,05 g	Energie (Kilokalorien) = kcal
	a,a1,i		1,3,4,5,a,a1,c,i,j,l		g		Eiweiß (Protein) = E: in g
14.07.2026 Dienstag	feines Würzfleisch vom Schwein, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei, Rotkohlsalat	kcal: 391, E: 19,36 g, F: 21,99 g, KH: 15,47 g	Lammhacksteak mit Karottengemüse und Kartoffelbrei	kcal: 372, E: 14,21 g, F: 20,33 g, KH: 30,45 g	fruchtige Kaltschale mit Perlsago	kcal: 116, E: 0,06 g, F: 0,03 g, KH: 28,50 g	Fett = F: in g
	1,11,3,a,a1,a3,d,f,g,i,j,l		3,a,a1,c,g,l				Kohlenhydrate = KH: in g
15.07.2026 Mittwoch	Thüringer Rostbratwurst, Balkangemüse, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 480, E: 18,45 g, F: 26,15 g, KH: 18,07 g	Geflügelbratwurst, Schonkostgemüse, Kartoffelbrei	kcal: 439, E: 19,02 g, F: 25,48 g, KH: 31,07 g	Bunter Obstsalat	kcal: 88, E: 0,75 g, F: 0,63 g, KH: 18,75 g	Legende der Zusatzstoffe und Allergene:
	3,8,a,a1,g,j,l		3,8,a,a1,c,g,i,j,l		1		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
16.07.2026 Donnerstag	Geschnetzeltes vom Schwein nach "Züricher Art", Kartoffelbrei, Tomatensalat	kcal: 508, E: 32,43 g, F: 26,07 g, KH: 34,66 g	cremiger Grießklump mit Erdbeergrütze	kcal: 594, E: 19,13 g, F: 13,75 g, KH: 97,29 g	Milchdrink nach Angebot	kcal: 83, E: 4,73 g, F: 0,23 g, KH: 15,75 g	
	3,a,a1,g,i,l		1,a,a1,g,l		1,11,g		
17.07.2026 Freitag	gebratenes Seelachsfilet an Zitronen-Buttersoße, hausgem. Kartoffelsalat oder Kartoffelbrei	kcal: 478, E: 16,86 g, F: 28,75 g, KH: 36,63 g	herzhafte vegane Hackfleischstippe, Kartoffelbrei & Bohnensalat	kcal: 403, E: 19,81 g, F: 21,26 g, KH: 30,62 g	Fruchtsaft- getränk	kcal: 86, E: 0,00 g, F: 0,00 g, KH: 20,00 g	
	1,11,2,3,a,a1,c,d,g,j,l		1,11,2,3,a,a1,g,l		3		
18.07.2026 Samstag	Blumenkohlragout mit bunten Gemüsestreifen & Fleischklößchen, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 193, E: 6,94 g, F: 8,73 g, KH: 19,09 g	Blumenkohlragout mit bunten Gemüsestreifen & Fleischklößchen, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 193, E: 6,94 g, F: 8,73 g, KH: 19,09 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,l		3,a,a1,a3,c,g,i,l		a,a1,g		
19.07.2026 Sonntag	Putengeschnetzeltes in Paprika-Sahnesoße, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 293, E: 30,88 g, F: 11,45 g, KH: 15,50 g	Putengeschnetzeltes in Paprika-Sahnesoße, Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei	kcal: 293, E: 30,88 g, F: 11,45 g, KH: 15,50 g	Becher Dessert nach Angebot	kcal: 131, E: 3,00 g, F: 5,73 g, KH: 16,65 g	Küchenleiter*in
	3,a,a1,a3,g,l		3,a,a1,a3,g,l		a,a1,g		Hauswirtschaftsleiter*in
Bewohnerbeirat							

Änderungen vorbehalten