



# Speiseplan

17. Januar 2022 bis 23. Januar 2022

|            | Vollkost                                                                                                                                            | Leichte Vollkost*                                                                                                                       | Vegetarisch                                                                                                                            |
|------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Montag     | Jägerkohl - Hackfleisch,<br>Bauchspeck & Weißkohl in<br>heller Sauce (2)<br>Salzkartoffeln<br><br><i>kcal: 531,9 / F: 29,6 / E: 20,1 / KH: 44,7</i> | Hühnerfrikassee<br>mit Erbsen, Spargel<br>& Champignons<br>Brühereis<br><br><i>kcal: 491,3 / F: 21,4 / E: 18,3 / KH: 55,2</i>           | Spaghetti<br>Tomatensauce<br>Grüner Salat<br><br><i>kcal: 477,7 / F: 20,7 / E: 8,5 / KH: 63,2</i>                                      |
|            | Dessert:                                                                                                                                            | Mandarinen - Birnenstücke                                                                                                               |                                                                                                                                        |
| Dienstag   | Mini-Frikadellen<br>Tzatziki<br>Tomatenreis<br>Griechischer Krautsalat<br><br><i>kcal: 591,9 / F: 22,9 / E: 40,0 / KH: 49,7</i>                     | Nudelsuppe mit<br>Blumenkohl,<br>Julienne-Gemüse,<br>Hühnerfleisch & Eierstich<br><br><i>kcal: 357,0 / F: 16,6 / E: 24,8 / KH: 26,0</i> | Milchnudeln<br>Zimt und Zucker<br>Fruchtsauce<br><br><i>kcal: 588,5 / F: 18,6 / E: 22,3 / KH: 79,6</i>                                 |
|            | Dessert:                                                                                                                                            | Kirschsahnejoghurt                                                                                                                      |                                                                                                                                        |
| Mittwoch   | Geschnetzelte Leber<br>"Feinschmecker Art"<br>Apfel-Zwiebel-Gemüse<br>Salzkartoffeln<br><br><i>kcal: 472,3 / F: 16,9 / E: 23,4 / KH: 54,1</i>       | Hackfleischbolognese<br>mit Gemüse & Tomaten<br>Gabelspaghetti<br><br><i>kcal: 504,1 / F: 24,4 / E: 21,3 / KH: 49,0</i>                 | Spinat-Käsesauce<br>Gabelspaghetti<br><br><i>kcal: 500,4 / F: 27,0 / E: 13,6 / KH: 50,7</i>                                            |
|            | Dessert:                                                                                                                                            | Apfelsahnecreme                                                                                                                         |                                                                                                                                        |
| Donnerstag | Cordon Bleu (2)<br>Rahmsauce<br>Buttergemüse<br>Salzkartoffeln<br><br><i>kcal: 685,6 / F: 31,5 / E: 42,1 / KH: 55,9</i>                             | Hähnchenfilet<br>Currysauce<br>Wurzelgemüse<br>Brühereis<br><br><i>kcal: 514,6 / F: 15,7 / E: 39,8 / KH: 51,6</i>                       | Gemischter Salatteller<br>mit Käsestreifen<br>Dressing<br><br><i>kcal: 540,5 / F: 28,0 / E: 22,4 / KH: 48,0</i>                        |
|            | Dessert:                                                                                                                                            | Quark- Mandarinen Creme                                                                                                                 |                                                                                                                                        |
| Freitag    | Seelachsfilet paniert<br>Kartoffelsalat mit Ei &<br>Gurke in Joghurt-<br>Mayonnaise<br><br><i>kcal: 571,7 / F: 26,4 / E: 26,1 / KH: 56,2</i>        | Seelachsfilet gedämpft<br>Zitronensauce<br>Julienne-Gemüse<br>Brühereis<br><br><i>kcal: 535,5 / F: 21,8 / E: 29,6 / KH: 54,0</i>        | Gemüseschnitzel<br>Kartoffelsalat mit Ei &<br>Gurke in Joghurt-<br>Mayonnaise<br><br><i>kcal: 553,4 / F: 23,4 / E: 10,9 / KH: 73,7</i> |
|            | Dessert:                                                                                                                                            | Grüne Grütze mit Vanillesauce                                                                                                           |                                                                                                                                        |
| Samstag    | Soljanka Russischer<br>Eintopf mit<br>buntem Gemüse<br>& Schweinefleisch<br><br><i>kcal: 540,3 / F: 13,5 / E: 29,1 / KH: 71,5</i>                   | Milchreis mit<br>Butter, Zimt & Zucker<br>Fruchtsauce<br><br><i>kcal: 552,2 / F: 14,8 / E: 16,1 / KH: 83,2</i>                          | Maultaschen<br>mit Gemüsefüllung<br>Tomatensauce<br><br><i>kcal: 563,3 / F: 25,4 / E: 16,6 / KH: 65,6</i>                              |
|            | Dessert:                                                                                                                                            | Frischobst                                                                                                                              |                                                                                                                                        |
| Sonntag    | Kasseler Nacken (2)<br>Rahmsauce<br>Sauerkraut m. Schinken<br>Salzkartoffeln<br><br><i>kcal: 773,0 / F: 46,1 / E: 34,8 / KH: 53,4</i>               |                                                                                                                                         | Blumenkohl-Käsemedaillon<br>Broccoli in weißer Sauce<br>Kartoffelpüree<br><br><i>kcal: 704,7 / F: 44,1 / E: 21,2 / KH: 56,8</i>        |
|            | Dessert:                                                                                                                                            | Panna Cotta                                                                                                                             |                                                                                                                                        |

Zusatzstoffe: , 2= mit Konservierungsstoff , 3= mit Antioxidationsmittel ,  
11= mit Zuckerart(en) oder Süßstoff(en)

(Änderungen vorbehalten)  
\*für Diabetiker geeignet