

# Speiseplan vom 19.01.2026 - 25.01.2026

### Frühstück an allen Tagen:

Brötchen/Weißbrot oder Müsli, Wurst/Käse, Marmelade und Nutella. Dazu Kaffee, Tee oder Milch. Sonntags Kuchen. Ø Kalorien: 457 Ø Eiweiß: 14,5g

	Menü I Vollkost		Menü II Vegetarisch		Menü III Leichte Vollkost		Abendessen		Alternativ	
Montag	Überbackene Maultaschen mit Gurkensalat		Apfelstrudel mit Vanillesoße		Überbackene Maultaschen mit Gurkensalat		Aufschnitt mit Abendbeilage		Unsere Küche bietet täglich folgende Produkte als Alternativen zum Abendessen an:  Camembert,  Philadelphia mit und ohne Kräuter,  Schmelzkäse,  Kalbsleberwurst,  Heringsfilets in Tomaten-, Paprika- oder Senfsoße,  Thunfisch in Öl,  Mettwurst.	
	Portion: 500g	Eiweiß: 21,2g	Portion: 300g	Eiweiß: 18,7g	Portion: 500g	Eiweiß: 21,2g	Portion: 220g	Eiweiß: 23,8g		
	Kilokalorien: 699	A,G,2,4	Kilokalorien: 649	A, G, H, 4	Kilokalorien: 699	A,G,2,4	Kilokalorien: 679	J, G, I, 2		
Dienstag	Hähnchenbruststücke "Pesto Rosso" in Tomatensauce mit Nudelreis		Pfannkuchen mit Rahmgemüse		Hähnchenbruststücke "Pesto Rosso" in Tomatensauce mit Nudelreis		Balkansalat			
	Portion: 500g	Eiweiß: 19g	Portion: 450g	Eiweiß: 13,5g	Portion: 450g	Eiweiß: 13,5g	Portion: 180g	Eiweiß: 28,2g		
	Kilokalorien: 434	A,G,2,4	Kilokalorien: 356	A, G, H, 4	Kilokalorien: 356	A,G,2,4	Kilokalorien: 497			
Mittwoch	Bratwurst mit Krautsalat und Bratkartoffeln		Vegetarisch gefüllte Paprika, dazu Reis und Salat		Bratwurst mit Krautsalat und Bratkartoffeln		Aufschnitt mit Abendbeilage			
	Portion: 450g	Eiweiß: 31,5g	Portion: 460g	Eiweiß: 17,2g	Portion: 450g	Eiweiß: 31,5g	Portion: 220g	Eiweiß: 28g		
	Kilokalorien: 300	A, 2, 4	Kilokalorien: 583	G, 2, 4	Kilokalorien: 300	A, 2, 4	Kilokalorien: 712			
Donnerstag	Königsberger Klopse mit Reis und Buttergemüse		Gemüse-Strudel mit Salat und Soße		Königsberger Klopse mit Reis und Buttergemüse		Aufschnitt mit Abendbeilage			
	Portion: 450g	Eiweiß: 25,4g	Portion: 480g	Eiweiß: 11,1g	Portion: 480g	Eiweiß: 11,1g	Portion: 220g	Eiweiß: 28g		
	Kilokalorien: 531	A,2, 4	Kilokalorien: 437	A, G, C	Kilokalorien: 437	A,2, 4	Kilokalorien: 712			
Freitag	Paella, dazu Brot		Grießsoufflé mit Fruchtcocktail		Paella, dazu Brot		Käseteller mit Abendbeilage			
	Portion: 520g	Eiweiß: 52g	Portion: 250g	Eiweiß: 16,0g	Portion: 520g	Eiweiß: 52g	Portion: 160g	Eiweiß: 20,8g		
	Kilokalorien: 630	A, 2, 4	Kilokalorien: 580	A, G, H, 4	Kilokalorien: 630	A, 2, 4	Kilokalorien: 536			
Samstag	Deftige Gulaschsuppe		Vegetarischer Gemüseeintopf mit Teigwaren		Deftige Gulaschsuppe		Straßburger Wurstsalat			
	Portion: 500g	Eiweiß: 25g	Portion: 500	Eiweiß: 5g	Portion: 500	Eiweiß: 5g	Portion: 300g	Eiweiß: 31,8g		
	Kilokalorien: 485	A, B, D, 4	Kilokalorien: 260	G	Kilokalorien: 260	A, B, D, 4	Kilokalorien: 925			
Sonntag	Chicken-Curry mit Gemüsereis		Süßkartoffel-Rucola-Schnitte, dazu Rösti mit Soße		Chicken-Curry mit Gemüsereis		Gekochter und geräucherter Schinken mit Abendbeilage			
	Portion: 520g	Eiweiß: 38g	Portion: 540g	Eiweiß: 22,4g	Portion: 520g	Eiweiß: 38g	Portion: 300g	Eiweiß: 11,2g		
	Kilokalorien: 513	#BEZUG!	Kilokalorien: 523	#BEZUG!	Kilokalorien: 513	#BEZUG!	Kilokalorien: 866			

Änderungen vorbehalten. Zusatzstoffe: 1. Konservierungsmittel - 2. Farbstoff - 3. Antioxidationsmittel - 4. Geschmacksverstärker - 5. Geschwärtzt - 6. Phosphat - 7. Enthält eine Phenylalaninquelle - 8. Süßstoff  
Allergene Stoffe: A glutenhaltiges Getreide - B Krebstiere - C Eier - D Fisch - E Soja - G Milch, einschließlich Laktose - H Schalenfrüchte - I Sellerie - J Senf - K Sesamsamen - L Lupine - M Weichtiere - N Schwefeloxid/Sulfid