



SPEISEPLAN

12.01.2026 - 18.01.2026

KW 3	Vollkost	Vegetarische Kost
Montag 12.01.2026	<p>Paniertes Hähnchenschnitzel mit Kartoffelgratin und Broccoli Limettenquark 855 kCal 77,4g KH 28,7g Zucker 38,6g Fett 14,1g ges. FS 45,5g EW 6,4g Salz</p>	<p>Kartoffelcurry vegetarisch Limettenquark 508 kCal 56,4g KH 28,2g Zucker 18,2g Fett 15,9g ges. FS 24g EW 8,4g Salz</p>
Dienstag 13.01.2026	<p>Backfisch mit Remoulade dazu Petersilienkartoffeln und einen Blattsalat mit Sahnedressing Pralinencreme 749 kCal 68,5g KH 19,3g Zucker 37g Fett 14,8g ges. FS 33,6g EW 3g Salz</p>	<p>Quinoa-Bratling mit Möhren und Kartoffelgratin Pralinencreme 927 kCal 88g KH 25,9g Zucker 51g Fett 33,1g ges. FS 23,1g EW 7,7g Salz</p>
Mittwoch 14.01.2026	<p>Erbseintopf mit Speck dazu eine Bockwurst Caramelcreme 629 kCal 59,8g KH 17,6g Zucker 28,2g Fett 12,8g ges. FS 30,5g EW 2,4g Salz</p>	<p>Tortellini mit Spinat gefüllt dazu Tomaten-Oliven Sugo und verschiedene Blattsalate Caramelcreme 678 kCal 111,1g KH 37,9g Zucker 14,9g Fett 13,3g ges. FS 21,8g EW 7,1g Salz</p>
Donnerstag 15.01.2026	<p>Krustenbraten mit Altbersauce dazu Sauerkraut und Kartoffelklöße Haselnusspudding 646 kCal 66g KH 24,1g Zucker 29g Fett 13,1g ges. FS 27,3g EW 6,1g Salz</p>	<p>Kaiserschmarrn mit Apfelkompott Haselnusspudding 970 kCal 163,7g KH 99,2g Zucker 19,7g Fett 15,4g ges. FS 30g EW 9,3g Salz</p>
Freitag 16.01.2026	<p>Blaubeerpfannkuchen mit Vanillesauce Grießflammerie 693 kCal 104,2g KH 42,2g Zucker 17,5g Fett 6,9g ges. FS 26,9g EW 1,5g Salz</p>	<p>Gebackene Süßkartoffel mit Sour Cream dazu Blattsalat in Balsamicodressing Grießflammerie 1277 kCal 76g KH 86,4g Zucker 92,3g Fett 52,7g ges. FS 32,2g EW 5,7g Salz</p>
Samstag 17.01.2026	<p>Paprika Wurstgulasch mit Spirelli Nudeln und Gurkensalat Frischobst 830 kCal 72,3g KH 17,1g Zucker 46,1g Fett 19,4g ges. FS 28,3g EW 6,6g Salz</p>	<p>Omelette mit Gebratenen Gemüse Frischobst 573 kCal 16,5g KH 24,9g Zucker 37,2g Fett 34,2g ges. FS 42,2g EW 11,5g Salz</p>
Sonntag 18.01.2026	<p>Kohlrouladen mit Burgundersauce dazu Schupfnudeln Schoko Schoker-Muffins 646 kCal 77g KH 22g Zucker 30,5g Fett 10,3g ges. FS 13,6g EW 2,5g Salz</p>	<p>Vegetarische Kohlrouladen mit Schupfnudeln Schoko Schoker-Muffins 789 kCal 94,1g KH 26,7g Zucker 29,7g Fett 10,7g ges. FS 19,6g EW 7g Salz</p>

Zusatzstoffe & Allergene:

1 Farbstoff, 2 Konservierungsstoff, 3 Antioxidationsmittel, 4 Geschmacksverstärker, 6 geschwärtzt, 7 gewachst, 8 mit Phosphat, 9 Süßungsmittel, 11 enthält eine Phenylalaninquelle, 12 abführende Wirkung, A enthält glutenhaltiges Getreide, A1 enthält Weizen, Dinkel, Khorasan-Weizen, A2 enthält Roggen, A3 enthält Gerste, A4 enthält Hafer, B enthält Krebstiere, C enthält Eier, D enthält Fisch, E enthält Erdnüsse, F enthält Soja, G enthält Milch, H enthält Schalenfrüchte (Nüsse), H1 enthält Haselnüsse, H2 enthält Mandeln, H3 enthält Walnüsse, H4 enthält Cashewnüsse, H5 enthält Pekannüsse, H6 enthält Paranüsse, H7 enthält Macadamianüsse, H8 enthält Pistazien, I enthält Sellerie, J enthält Senf, K enthält Sesam, L enthält Schwefeldioxid und Sulfite, M enthält Lupine, N enthält Weichtiere/-erzeugnisse
(= Allergene können in Spuren enthalten sein)

Vollkost ohne Schwein

Montag	Paniertes Hähnchenschnitzel mit Kartoffelgratin und Broccoli	1/3/A/A1/C/G/I/J'
	Limettenquark	F/G
Dienstag	585 kCal 53,7g KH 23,3g Zucker 26,2g Fett 9,1g ges. FS 30,9g EW 4,1g Salz	
	Backfisch mit Remoulade, Petersilienkartoffeln und einem Blattsalat mit Sahnedressing	1/2/3/7/8/9/A/A1/ A3/C/D/F'/G/H'/I/ J/K'/L/M'
Mittwoch	Pralinencreme	A'/A1'/A2'/A3'/ A4'/C'/G/H'/H1' H2'/H3'/H8'
	779 kCal 79,8g KH 24,7g Zucker 43,5g Fett 15g ges. FS 14,4g EW 3,2g Salz	
Donnerstag	Tortellini mit Spinat gefüllt, dazu Tomaten-Oliven Sugo, und einem Blattsalat	1/3/6/A/A1/C/E/ F/G/H/H1/H2/H3/ H4/H7/I/K/L/N
	677 kCal 65,7g KH 19g Zucker 29,6g Fett 13,4g ges. FS 32,8g EW 2,5g Salz	
	Geflügelroulade mit Rahmsauce dazu buntes Gemüse und Kartoffelklöße	1/2/3/A/A1/C/G/I/ J/L
	Haselnusspudding	1/E/G/H/H1/H2/ H3/H4/H5/H6/ H7/H8
	779 kCal 91,2g KH 43,4g Zucker 29,5g Fett 12,6g ges. FS 31g EW 5,2g Salz	

Zusatzstoffe & Allergene:

1 Farbstoff, 2 Konservierungsstoff, 3 Antioxidationsmittel, 4 Geschmacksverstärker, 6 geschwärzt, 7 gewachst, 8 mit Phosphat, 9 Süßungsmittel, A enthält glutenhaltiges Getreide, A1 enthält Weizen, Dinkel, Khorasan-Weizen, A2 enthält Roggen, A3 enthält Gerste, A4 enthält Hafer, B enthält Krebstiere, C enthält Eier, D enthält Fisch, E enthält Erdnüsse, F enthält Soja, G enthält Milch, H enthält Schalenfrüchte (Nüsse), H1 enthält Haselnüsse, H2 enthält Mandeln, H3 enthält Walnüsse, H4 enthält Cashewnüsse, H5 enthält Pekannüsse, H6 enthält Paranüsse, H7 enthält Macadamianüsse, H8 enthält Pistazien, I enthält Sellerie, J enthält Senf, K enthält Sesam, L enthält