

SPEISEPLAN

für die Woche

26.10.2026 - 30.10.2026



Tag	Menü I	Menü II
Montag 26.10.2026	Blumenkohl-Brokkoliauflauf ^{H, 43} Gratin ^{B, D, H} Fruchtojoghurt ^{B, H, 7, 10, 12} 470 kcal; 26 g Fett; 37 g KH; 18 g Eiweiß	Putengeschnetzeltes "Hawai" mit Ananas in Fruchtiger Currysoße ^{B, H, 12, 42, 43} Reis Salat ^{B, D, H, J, K, 1, 2, 21, 22, 43, 44} Fruchtojoghurt ^{B, H, 7, 10, 12} 592 kcal; 23 g Fett; 68 g KH; 31 g Eiweiß
Dienstag 27.10.2026	Gebackene Süßkartoffel mit Grillgemüse und Avocado- Paprikadip ^{2, 43, 44} Salat ^{B, D, H, J, K, 1, 2, 21, 22, 43, 44} Schokopudding ^{B, H} 499 kcal; 17 g Fett; 50 g KH; 9 g Eiweiß	Senfkrustengulasch ^{A, AA, K} Spätzle ^{A, AA, D} Brechbohnen Schokopudding ^{B, H} 690 kcal; 28 g Fett; 73 g KH; 37 g Eiweiß
Mittwoch 28.10.2026	Rührei ^{B, D, H, J} Kartoffelpüree ^{B, H, 12} Rahmspinat ^{B, H} Panna Cotta ^{B, H} 774 kcal; 48 g Fett; 56 g KH; 29 g Eiweiß	Hähnchenschenkel Pommes Frites Salat ^{B, D, H, J, K, 1, 2, 21, 22, 43, 44} Panna Cotta ^{B, H} 994 kcal; 56 g Fett; 70 g KH; 52 g Eiweiß
Donnerstag 29.10.2026	Gemüse nach Ganboa-Art in pikanter dunkler Sauce ^{A, AA, F, G, 1, 44} Reis Salat ^{B, D, H, J, K, 1, 2, 21, 22, 43, 44} Quarkdessert ^{B, H} 702 kcal; 21 g Fett; 109 g KH; 17 g Eiweiß	Weißkohleintopf Frikadelle ^{A, AA, D} Quarkdessert ^{B, H} 602 kcal; 27 g Fett; 58 g KH; 28 g Eiweiß
Freitag 30.10.2026	Lasagne mit Zucchini und Paprika ^{A, AA, B, D, H, 12} Salat ^{B, D, H, J, K, 1, 2, 21, 22, 43, 44} Gebäck ^{A, AA, B, D, G, H} 712 kcal; 36 g Fett; 76 g KH; 18 g Eiweiß	Fischfilet ^{A, AA, E} Remouladensoße ^{B, D, H, K, 2, 4, 12} Schmörkes Salat ^{B, D, H, J, K, 1, 2, 21, 22, 43, 44} Gebäck ^{A, AA, B, D, G, H} 1001 kcal; 60 g Fett; 82 g KH; 31 g Eiweiß

[A] Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse, [AA] Weizen und Weizenerzeugnisse, [B] Laktose, [D] Eier und -erzeugnisse, [E] Fisch und -erzeugnisse, [F] Erdnüsse und -erzeugnisse, [G] Soja und -erzeugnisse, [H] Milch und -erzeugnisse, [J] Sellerie und -erzeugnisse, [K] Senf und -erzeugnisse (1) mit Konservierungsmittel, (2) mit Antioxidationsmittel, (4) mit Süßungsmittel, (7) mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln, (10) enthält eine Phenylalaninquelle, (12) mit Farbstoff, (21) unter Verwendung von Milch, (22) unter Verwendung von Sahne, (42) Thermisiert, ohne Kühlung haltbar, (43) enthält keine deklarationspflichtigen Zusatzstoffe, (44) das Produkt enthält keine Zusatzstoffe