

Speiseplan vom 09.03. - 15.03.2026

	Zwischenmahlzeit 1	Zwischenmahlzeit 2	Mittags-Menü 1	Mittags-Menü 2	Mittags-Menü 3	Mittags-Menü XXL	Vesper
Montag	1 Paar Wiener I,J,1.,2., Senf I,J, Steinofenbrot A ,A1,A2, frisches Obst 489 kcal Kh. 37.78 g  Ew. 15.80 g Fett 28.83 g	Eieromelett C,G, Schnittlauch- Tomaten, 1 Schb. Mischbrot A ,A1,A2, frisches Obst 359 kcal  Ew. 18.07 g Kh. 39.58 g Fett 12.45 g	Paniertes Alaska Seelachsfilet A,A1,D, Sauce Tatare G,2., Reis, Salat vom Büfett A,A1,C,G,J, Bourbon-Vanille- Haselnuss Eis G,H 1123 kcal  Ew. 29.66 g Kh. 99.34 g Fett 66.73 g	Rindergulasch A,A1, Spaghetti A,C, Salat vom Büfett A,A1,C,G,J, Bourbon-Vanille- Haselnuss Eis G,H 839 kcal  Ew. 70.85 g Kh. 77.19 g Fett 26.66 g	Vegetarischer Krautwickel A ,C,F, Schmorkrautsauce A ,A1,I, Kartoffeln, Salat vom Büfett mit Dressing A ,A1,C,G,J, Bourbon- Vanille- Haselnuss Eis G,H 635 kcal  Ew. 31.33 g Kh. 70.63 g Fett 23.08 g	Rindergulasch A,A1, Spaghetti A,C, Salat vom Büfett A,A1,C,G,J, Bourbon-Vanille- Haselnuss Eis G,H 1153 kcal  Ew. 126.85 g Kh. 77.19 g Fett 36.66 g	Roggenmischbrot- Sandwich A,A1,A2,C, Edamer G, 1 Schb.Geflügelsalami, Paprikaspalte, Gurkenscheiben, 338 kcal  Ew. 14.27 g Kh. 39.44 g Fett 12.18 g
Dienstag	Gebratener Feuerspieß A,A1,2., Tomaten-Salsa 2., 1 Stück Mehrkornbrötchen A,A1,A2,A3,A4, frisches Obst 585 kcal  Ew. 18.84 g Kh. 62.25 g Fett 26.32 g	Vollkornbrötchen A ,A1,A2,A3,A4,F,G,K, 1 Scheiben Kasseleraufschnitt, Sauerkirsch-Konfitüre, Butter G, frisches Obst 403 kcal  Ew. 23.31 g Kh. 58.41 g Fett 11.35 g	Geflügel "Cordon bleu" A,A1,G,1.,2.,3.,5., Geflügelsauce A,A1, gebundenes Erbsengemüse, Petersilienkartoffeln 1., Salat vom Büfett A,A1,C,G,J, Erdbeer- Quark G 724 kcal  Ew. 49.14 g Kh. 74.14 g Fett 19.89 g	Paniertes Schollenfilet A ,A1,D, gerahmtes ZucchiniGemüse G, Kartoffeln, Salat vom Büfett mit Dressing A ,A1,C,G,J, Erdbeer- Quark G 712 kcal  Ew. 80.40 g Kh. 83.43 g Fett 22.20 g	Polenta-Spinat-Tasche A,A1,G, mediterane Tomatensauce A,I, gebutterte Champignonköpfe G, Salat vom Büfett A,A1,C,G,J, Erdbeer-Quark G 637 kcal  Ew. 18.97 g Kh. 55.38 g Fett 36.55 g	Geflügel "Cordon bleu" A,A1,G,1.,2.,3.,5., Geflügelsauce A,A1, gebundenes Erbsengemüse, Petersilienkartoffeln 1., Salat vom Büfett A,A1,C,G,J, Erdbeer- Quark G 985 kcal  Ew. 78.89 g Kh. 93.39 g Fett 26.89 g	Laugenburger C,F,G,K, Eiersalat C,G,J, 1 Scheibe Kochschinken, Orangen- Fruchtsaftgetränk 1. 398 kcal  Ew. 14.74 g Kh. 52.89 g Fett 13.47 g
Mittwoch	Laugen-Korn-Gipfel A ,A1,A2,F,G,K, 1 Portions- Honig, Butter G, frisches Obst 553 kcal  Ew. 6.36 g Kh. 59.57 g Fett 30.49 g	Warmer Schoko-Porridge A,A1,G, frisches Obst 316 kcal  Ew. 12.82 g Kh. 37.88 g Fett 6.30 g	Sedani Maccheroni, Tomaten- Basilikum-Sauce F, Salat vom Büfett A,A1,C,G,J, Strudelpudding G,3. 672 kcal  Ew. 21.53 g Kh. 107.80 g Fett 16.88 g	Frikadelle A,A1,C, Bratensauce A,A1, Leipziger Allerlei, Kartoffelgratin G, Salat vom Büfett A,A1,C,G,J, Strudelpudding G,3. 897 kcal  Ew. 27.84 g Kh. 71.12 g Fett 61.78 g	Eierragout mit Erbsen und Karotten A,A1,C,F,G, Petersilienkartoffeln 1., Salat vom Büfett A,A1,C,G,J, Strudelpudding G,3. 746 kcal  Ew. 33.73 g Kh. 64.90 g Fett 37.90 g	Frikadelle A,A1,C, Bratensauce A,A1, Leipziger Allerlei, Kartoffelgratin G, Salat vom Büfett A,A1,C,G,J, Strudelpudding G,3. 1233 kcal  Ew. 43.44 g Kh. 83.12 g Fett 87.28 g	Hafer-Kraft-Riegel A ,A4,E,G,H, Vollmilch G, Banane 548 kcal  Ew. 13.45 g Kh. 74.61 g Fett 19.81 g
Donnerstag	Gebundene Gulaschsuppe mit Kartoffeln, frisches Obst 362 kcal  Ew. 0.22 g Kh. 20.08 g Fett 12.00 g	Leicht&Cross A ,A1,A2,F,G, Das volle Kornbrot A ,A1,A2, 2 Scheiben Cervelatwurst, Butter G, Pflaumenmus, frisches Obst 440 kcal  Ew. 17.44 g Kh. 52.30 g Fett 18.53 g	Schweinebraten, Bratensauce A,A1, Mischgemüse A,A1, Kartoffelklöße A,A1,A2, Salat vom Büfett A,A1,C,G,J, Apfel 807 kcal  Ew. 50.30 g Kh. 86.89 g Fett 36.04 g	Gedünstetes Kabeljaufilet D, Zitronen-Dill-Sauce A,A1,G, Broccoligemüse G, Vollkornreis, Salat vom Büfett A,A1,C,G,J, Apfel 736 kcal  Ew. 45.04 g Kh. 96.04 g Fett 20.53 g	Spaghetti Aglio olio A,A1,A2, Salat vom Büfett A,A1,C,G,J, Apfel 766 kcal  Ew. 14.55 g Kh. 98.80 g Fett 34.60 g	Schweinebraten, Bratensauce A,A1, Mischgemüse A,A1, Kartoffelklöße A,A1,A2, Salat vom Büfett A,A1,C,G,J, Apfel 1002 kcal  Ew. 75.50 g Kh. 86.89 g Fett 46.84 g	Quark-Honig-Creme G, getrocknete Aprikosen, Haferflocken, Multivitaminsaft 284 kcal  Ew. 14.65 g Kh. 48.34 g Fett 2.34 g
Freitag	Tomaten-Mozzarella-Strudel A,A1,A2,A3,G,K, Frischer Obstsalat 460 kcal  Ew. 2.25 g Kh. 57.24 g Fett 20.37 g	Rührei C,G, Ciabatta-Brötchen A, frisches Obst 238 kcal  Ew. 12.32 g Kh. 14.28 g Fett 14.30 g	Paniertes Hähnchenschnitzel A,A1,C, Geflügelsauce A,A1, Familiengemüse G, Spätzle A,A1,C,G, Salat vom Büfett A,A1,C,G,J, Fruchtjoghurt G 795 kcal  Ew. 35.30 g Kh. 83.53 g Fett 19.51 g	Nudeleintopf mit Gemüse und Rindfleisch, Vital-Fit Mehrkornbrot A ,A1,A2,A3,A4, Salat vom Büfett mit Dressing A ,A1,C,G,J, Fruchtjoghurt G 813 kcal  Ew. 38.59 g Kh. 92.50 g Fett 30.08 g	Karotten-Kürbiskern-Rösti A,A1,I, Avocado-Salsa, eingelegte rote Zwiebeln, Salat vom Büfett A,A1,C,G,J, Fruchtjoghurt G 692 kcal  Ew. 14.33 g Kh. 69.35 g Fett 146.60 g	Paniertes Hähnchenschnitzel A,A1,C,G, Geflügelsauce A,A1, Familiengemüse G, Spätzle A,A1,C,G, Salat vom Büfett A,A1,C,G,J, Fruchtjoghurt G 947 kcal  Ew. 57.02 g Kh. 95.29 g Fett 21.19 g	Vital-Brezel A,A1,A2,A3,K, Frischkäse G, Joyce Eistee Zitrone 4. 396 kcal  Ew. 10.26 g Kh. 66.36 g Fett 10.35 g
Samstag			Käse-Lauch-Eintopf mit Hackfleisch I, Salat vom Büfett A,A1,C,G,J, Dessert oder Obst 751 kcal  Ew. 49.10 g Kh. 22.00 g Fett 38.00 g	Verpflegungsbeutel für Mittagsmahlzeit (Abholung zwischen 6:00-10:00) 592 kcal  Ew. 13.26 g Kh. 60.90 g Fett 23.84 g	Gemüsefrikadelle A,A2,C,I, Rosmarin-Drillinge G, Tomaten- Quark-Dip A,G, Salatteller A,A1,C,G,J, Dessert oder Obst 1047 kcal  Ew. 64.10 g Kh. 22.00 g Fett 58.00 g	Käse-Lauch-Eintopf mit Hackfleisch I, Knacker, Salat vom Büfett A,A1,C,G,J, Dessert oder Obst 1047 kcal  Ew. 64.10 g Kh. 22.00 g Fett 58.00 g	
Sonntag			Schweinerückensteak, Rahmchampignons, Kartoffelkroketten A,A1,C, Salat vom Büfett A,A1,C,G,J, Dessert oder Obst 659 kcal  Ew. 38.10 g Kh. 55.60 g Fett 20.80 g	Verpflegungsbeutel für Mittagsmahlzeit (Abholung zwischen 6:30-10:00) 689 kcal  Ew. 24.50 g Kh. 64.45 g Fett 15.49 g	Vegetarisches Gemüse-Curry F,G,I, Vollkornreis, Salat vom Büfett A,A1,C,G,J, Dessert oder Obst 689 kcal  Ew. 24.50 g Kh. 64.45 g Fett 15.49 g	Gebratenes Schweinerückensteak A,A1, Rahmchampignons, Kartoffelkroketten A,A1,C, Salat vom Büfett A,A1,C,G,J, Dessert oder Obst 689 kcal  Ew. 63.70 g Kh. 56.16 g Fett 12.88 g	