

Vollkost Speiseplan vom 20.09.2021 - 26.09.2021

Frühstück an allen Tagen:

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

	Menü I Vollkost		Menü II Vegetarisch		Menü III Leichte Vollkost		Abendessen		Alternativ
Montag	Maultaschengemüsepfanne ^{A, C, G, I}		Penne ^{A, C} mit Gorgonzolasauce und Blattspinat ^{A, C, G, 4}		Maultaschengemüsepfanne ^{A, C, G, I}		Weißwurst mit Süßem Senf und Laugengebäck		Unsere Küche bietet täglich folgende Produkte als Alternativen zum Abendessen an: Camembert, Limburger, Philadelphia mit und ohne Kräuter, Schmelzkäse, Hausmacher Blut- und Leberwurst, Schwartenmagen, Kalbsleberwurst, Heringsfilets in Tomaten-, Paprika- oder Senfsoße, Rollmops, Thunfisch in Öl, Paprikabeißer, Mettwurst, Quark.
	Portion: 600g	Eiweiß: 21g	Portion: 600g	Eiweiß: 11,5g	Portion: 600g	Eiweiß: 11,5g	Portion: 225g	Eiweiß: 23,9g	
	Kilokalorien: 425		Kilokalorien: 447		Kilokalorien: 447		Kilokalorien: 521		
Dienstag	Spaghetti mit Tomatensoße ^{A, G, I} und Salat ^{A, G, J}		Kartoffeltaschen ^G mit Tomatensalat ^{G, A, J}		Spaghetti mit Tomatensoße ^{A, G, I} und Salat ^{A, G, J}		Wurst und Käseteller mit Abendbeilage		
	Portion: 440g	Eiweiß: 32,4g	Portion: 480g	Eiweiß: 14,8g	Portion: 440g	Eiweiß: 32,4g	Portion: 220g	Eiweiß: 28g	
	Kilokalorien: 608		Kilokalorien: 504		Kilokalorien: 608		Kilokalorien: 450		
Mittwoch	Hacksteak ^{A, C, G, J} mit Bohnen und Bratkartoffeln		Kaiserschmarrn ^{A, C, G} mit Apfelmus		Hacksteak ^{A, C, G, J} mit Bohnen und Bratkartoffeln		Wurst und Käseteller mit Abendbeilage		
	Portion: 500g	Eiweiß: 11,6g	Portion: 500g	Eiweiß: 11,6g	Portion: 500g	Eiweiß: 11,6g	Portion: 200g	Eiweiß: 22,8g	
	Kilokalorien: 677		Kilokalorien: 677		Kilokalorien: 677		Kilokalorien: 592		
Donnerstag	Putenschnitzel ^{A, C} mit Kroketten ^{A, C, G} und Salat ^{A, G, J}		Grünkernmedaillons ^{A, C, E, G, I, K} mit Kroketten ^{A, C, G} und Salat ^{A, G, J}		Putenschnitzel ^{A, C} mit Kroketten ^{A, C, G} und Salat ^{A, G, J}		Wurst und Käseteller mit Abendbeilage		
	Portion: 420g	Eiweiß: 34,2g	Portion: 440g	Eiweiß: 12,8g	Portion: 440g	Eiweiß: 12,8g	Portion: 220g	Eiweiß: 28g	
	Kilokalorien: 477		Kilokalorien: 527		Kilokalorien: 527		Kilokalorien: 712		
Freitag	Seehecht ^D mit Rosmarinkartoffeln ^{A, G} und Brokkoli		Vegetarische Bratlinge ^{A, C, E, G, I, K} mit Kartoffelgratin ^{A, G} und Brokkoli		Seehecht ^D mit Rosmarinkartoffeln ^{A, G} und Brokkoli		Wurst und Käseteller mit Abendbeilage		
	Portion: 520g	Eiweiß: 36g	Portion: 470g	Eiweiß: 21,9g	Portion: 470g	Eiweiß: 21,9g	Portion: 180g	Eiweiß: 29g	
	Kilokalorien: 784		Kilokalorien: 734		Kilokalorien: 734		Kilokalorien: 630		
Samstag	Erbseintopf mit Bockwurst ^{A, E, I, C, G, 4}		Gemüseintopf mit Nudeln ^{A, E, I, C, G, 4}		Erbseintopf mit Bockwurst ^{A, E, I, C, G, 4}		Geflügelauflauf mit Abendbeilage		
	Portion: 500g	Eiweiß: 30g	Portion: 500g	Eiweiß: 15g	Portion: 500g	Eiweiß: 15g	Portion: 180g	Eiweiß: 22,6g	
	Kilokalorien: 450		Kilokalorien: 205	Wasser	Kilokalorien: 205	Wasser	Kilokalorien: 463	Wasser	
Sonntag	Karlsbader Kalbsblankett ^{A, G, I} mit Nudeln ^{A, C} und Fingermöhrrchen ^A		Makkaroni-Gemüse-Auflauf ^{A, C, G, I}		Gemüsetaler ^{A, C, E, G, I, K} mit Nudeln ^{A, C} und Fingermöhrrchen ^A		Krakauer mit Senf		
	Portion: 480g	Eiweiß: 23,4g	Portion: 460g	Eiweiß: 17g	Portion: 460g	Eiweiß: 17g	Portion: 220g	Eiweiß: 32,2g	
	Kilokalorien: 497		Kilokalorien: 639		Kilokalorien: 639		Kilokalorien: 467		

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

Speiseplan vom 27.09.2021 - 03.10.2021

Frühstück an allen Tagen:

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

	Menü I Vollkost		Menü II Vegetarisch		Menü III Leichte Vollkost		Abendessen		Alternativ
Montag	Fleischkäse , ^(1,2,4,6) Zwiebelsoße, ^(A, I, J) Pommes frites ^(G, N, 3, 5) und Blattsalat ^(A, G, J)		Dampfnudeln ^{A, C, G} mit Vanillesoße ^{A, E, G, H, 8}		Fleischkäse , ^(1,2,4,6) Zwiebelsoße, ^(A, I, J) Pommes frites ^(G, N, 3, 5) und Blattsalat ^(A, G, J)		Wurst und Käseteller mit Abendbeilage		Unsere Küche bietet täglich folgende Produkte als Alternativen zum Abendessen an: Camembert, Limburger, Philadelphia mit und ohne Kräuter, Schmelzkäse, Hausmacher Blut- und Leberwurst, Schwartenmagen, Kalbsleberwurst, Heringsfilets in Tomaten-, Paprika- oder Senfsoße, Rollmops, Thunfisch in Öl, Paprikabeißer, Mettwurst, Quark.
	Portion: 500g	Eiweiß: 21,2g	Portion: 300g	Eiweiß: 18,7g	Portion: 500g	Eiweiß: 21,2g	Portion: 220g	Eiweiß: 23,8g	
	Kilokalorien: 699		Kilokalorien: 649		Kilokalorien: 699		Kilokalorien: 679		
Dienstag	Ochsenbrust mit Meerrettich, ^{A, G, I, J} Salzkartoffeln und Rote Beete ⁸		Kräuterquark ^G mit Kartoffeln		Ochsenbrust mit Meerrettich, ^{A, G, I, J} Salzkartoffeln und Rote Beete ⁸		Milchreis ^G		
	Portion: 500g	Eiweiß: 19g	Portion: 450g	Eiweiß: 13,5g	Portion: 450g	Eiweiß: 13,5g	Portion: 180g	Eiweiß: 28,2g	
	Kilokalorien: 434		Kilokalorien: 356		Kilokalorien: 356		Kilokalorien: 497		
Mittwoch	Putensteak mit Currysoße ^{A, G, I} und Reis		Frühlingsrolle ^{A, C, E} mit Currysoße ^{A, G, I} und Reis ¹		Putensteak mit Currysoße ^{A, G, I} und Reis		Pasteten- und Käseaufschnitt und Abendbeilage		
	Portion: 450g	Eiweiß: 31,5g	Portion: 460g	Eiweiß: 17,2g	Portion: 450g	Eiweiß: 31,5g	Portion: 220g	Eiweiß: 28g	
	Kilokalorien: 300		Kilokalorien: 583		Kilokalorien: 300		Kilokalorien: 712		
Donnerstag	Schweineschnitzel ^{A, C} mit Tomate-Mozzarella-Salat ^{A, G, J}		Pfannkuchen ^{A, C, G} mit Rahmgemüse ^{A, G, I, 4}		Pfannkuchen ^{A, C, G} mit Rahmgemüse ^{A, G, I, 4}		Wurst und Käseteller mit Abendbeilage		
	Portion: 450g	Eiweiß: 25,4g	Portion: 480g	Eiweiß: 11,1g	Portion: 480g	Eiweiß: 11,1g	Portion: 220g	Eiweiß: 28g	
	Kilokalorien: 531		Kilokalorien: 437		Kilokalorien: 437		Kilokalorien: 712		
Freitag	Fischfilet ^{A, C, D, G} mit Tomatensoße ^{A, C, I, J, 4} , Tagliatelle ^{A, C} und Gurkensalat ^{A, G, J}		Gnocchi ^{A, C} mit Tomatensoße ^{A, C, I, J, 4} und Gurkensalat ^{A, G, J}		Fischfilet ^{A, C, D, G} mit Tomatensoße ^{A, C, I, J, 4} , Tagliatelle ^{A, C} und Gurkensalat ^{A, G, J}		Käseteller mit Abendbeilage		
	Portion: 520g	Eiweiß: 52g	Portion: 250g	Eiweiß: 16,0g	Portion: 520g	Eiweiß: 52g	Portion: 160g	Eiweiß: 20,8g	
	Kilokalorien: 630		Kilokalorien: 580		Kilokalorien: 630		Kilokalorien: 536		
Samstag	Pichelsteiner Eintopf ^{A, C, I, E, 4}		Gemüseintopf mit Grießklößchen ^{A, E, I, C, G, 4}		Pichelsteiner Eintopf ^{A, C, I, E, 4}		Rindfleischsalat ^{A, I, J}		
	Portion: 500g	Eiweiß: 25g	Portion: 500	Eiweiß: 5g	Portion: 500	Eiweiß: 5g	Portion: 300g	Eiweiß: 31,8g	
	Kilokalorien: 485		Kilokalorien: 260		Kilokalorien: 260		Kilokalorien: 925		
Sonntag	Geschmorte Ochsenbäckchen ^{A, I, J} mit Spätzle ^{A, C} und Schwarzwurzeln ^{A, G, 1}		Spätzle-Pilz Pfanne ^{A, D, I}		Geschmorte Ochsenbäckchen ^{A, I, J} mit Spätzle ^{A, C} und Schwarzwurzeln ^{A, G, 1}		Bratheringsröllchen , Wurst- und Käseaufschnitt mit Abendbeilage		
	Portion: 520g	Eiweiß: 38g	Portion: 540g	Eiweiß: 22,4g	Portion: 520g	Eiweiß: 38g	Portion: 300g	Eiweiß: 11,2g	
	Kilokalorien: 513		Kilokalorien: 523		Kilokalorien: 513		Kilokalorien: 866		

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

Speiseplan vom 04.10.2021 - 10.10.2021

Frühstück an allen Tagen:

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

	Menü I Vollkost		Menü II Vegetarisch		Menü III Leichte Vollkost		Abendessen		Alternativ
Montag	Schinkennudeln ^{A,C,G} mit Blattsalat		Vegetarisch gefüllte Paprika mit Reis		Schinkennudeln ^{A,C,G} mit Blattsalat		Wurst und Käseteller mit Abendbeilage		Unsere Küche bietet täglich folgende Produkte als Alternativen zum Abendessen an: Camembert, Limburger, Philadelphia mit und ohne Kräuter, Schmelzkäse, Hausmacher Blut- und Leberwurst, Schwartenmagen, Kalbsleberwurst, Heringsfilets in Tomaten-, Paprika- oder Senfsoße, Rollmops, Thunfisch in Öl, Paprikabeißer, Mettwurst, Quark.
	Portion: 510g	Eiweiß: 19,8g	Portion: 530g	Eiweiß: 19,6g	Portion: 510g	Eiweiß: 19,8g	Portion: 220g	Eiweiß: 28g	
	Kilokalorien: 668		Kilokalorien: 881		Kilokalorien: 668		Kilokalorien: 712		
Dienstag	Bratwurst ^{3,4,6} mit Nudelsalat ^{A,C,G,I}		Käsespätzle „Allgäuer Art“ ^{A,C,G} mit Tomatensalat ^{A,G,J}		Bratwurst ^{3,4,6} mit Nudelsalat ^{A,C,G,I}		Wurst und Käseteller mit Abendbeilage		
	Portion: 480g	Eiweiß: 20,4g	Portion: 500g	Eiweiß: 26g	Portion: 480g	Eiweiß: 20,4g	Portion: 300g	Eiweiß: 12g	
	Kilokalorien: 466		Kilokalorien: 699		Kilokalorien: 466		Kilokalorien: 483		
Mittwoch	Gefüllte Paprika ^C mit Kartoffeln und Tomatensoße ^{A,C,I,J,4}		Cannelloni Ricotta Spinaci ^{A,C,G,I} in Tomatensoße ^{A,C,I,J,4}		Gefüllte Paprika ^C mit Kartoffeln und Tomatensoße ^{A,C,I,J,4}		Aufschnitt mit Abendbeilage		
	Portion: 500g	Eiweiß: 26,5g	Portion: 500g	Eiweiß: 12,5g	Portion: 500g	Eiweiß: 12,5g	Portion: 350g	Eiweiß: 17g	
	Kilokalorien: 532		Kilokalorien: 374		Kilokalorien: 374		Kilokalorien: 545		
Donnerstag	Putengeschnetzeltes ^{A,G,I,J} mit Karotten ^A und Knöpfe ^{A,C}		vegetarische Hirtenpfanne ^{A,C,G}		Putengeschnetzeltes ^{A,G,I,J} mit Karotten ^A und Knöpfe ^{A,C}		Thunfischsalat mit Abendbeilage		
	Portion: 550g	Eiweiß: 22g	Portion: 400g	Eiweiß: 30g	Portion: 400g	Eiweiß: 30g	Portion: 220g	Eiweiß: 28g	
	Kilokalorien: 475		Kilokalorien: 535		Kilokalorien: 535		Kilokalorien: 712		
Freitag	Seelachs Mediterraneo ^{A,G,D} mit Zucchini-gemüse und Rosmarinkartoffeln		Polenta ^G und Ratatouille		Seelachs Mediterraneo ^{A,G,D} mit Zucchini-gemüse und Rosmarinkartoffeln		Käseteller mit Abendbeilage		
	Portion: 620g	Eiweiß: 34,6g	Portion: 600g	Eiweiß: 15g	Portion: 600g	Eiweiß: 15g	Portion: 160g	Eiweiß: 28g	
	Kilokalorien: 562		Kilokalorien: 492		Kilokalorien: 492		Kilokalorien: 536		
Samstag	Deftige Gulaschsuppe ^{A,E,I,4}		Vegetarischer Gemüseeintopf ^{A,C,E,I,4} mit Teigwaren		Deftige Gulaschsuppe ^{A,E,I,4}		Straßburger Wurstsalat ^{A,G,J,1,2,3,4,6}		
	Portion: 500g	Eiweiß: 15g	Portion: 500g	Eiweiß: 5g	Portion: 500g	Eiweiß: 15g	Portion: 305g	Eiweiß: 25,9g	
	Kilokalorien: 305		Kilokalorien: 260		Kilokalorien: 305		Kilokalorien: 842		
Sonntag	Schweinebraten ^{A,I,J} mit Rösti ^{A,C} , Soße ^{A,I,J} und Speckbohnen		Gemüsebratling ^{A,G,C,E,I,K} mit Rösti ^{A,C} , Soße ^{A,I,J} und Bohnen		Schweinebraten ^{A,I,J} mit Rösti ^{A,C} , Soße ^{A,I,J} und Speckbohnen		Gekochter und geräucherter Schinken mit Abendbeilage		
	Portion: 520g	Eiweiß: 35,6g	Portion: 560g	Eiweiß: 22g	Portion: 520g	Eiweiß: 35,6g	Portion: 220g	Eiweiß: 13,1g	
	Kilokalorien: 606		Kilokalorien: 616		Kilokalorien: 606		Kilokalorien: 458		

Zusatzstoffe: 1. Konservierungsmittel - 2. Farbstoff - 3. Antioxidationsmittel - 4. Geschmacksverstärker - 5. Geschwärtzt - 6. Phosphat - 7. Enthält eine Phenylalaninquelle - 8. Süßstoff

Allergene Stoffe: A gluten haltiges 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