

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:
	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}		Geflügelaufschnitt mit Abendbeilage		
	Portion: 500g	Eiweiß: 30g	Portion: 500g	Eiweiß: 15g	Portion: 500g	Eiweiß: 15g	Portion: 180g	Eiweiß: 22,6g	
	Kilokalorien: 450		Kilokalorien: 205		Kilokalorien: 205		Kilokalorien: 463		
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		

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.

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 B		Kräuterquark G mit Kartoffeln		Ochsenbrust mit Meerrettich, A, G, I, J Salzkartoffeln und Rote Beete B		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 I		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, 3, 4, Tagliatelle A, C und Gurkensalat A, G, J		Gnocchi A, C mit Tomatensoße A, C, I, 3, 4 und Gurkensalat A, G, J		Fischfilet A, C, D, G mit Tomatensoße A, C, I, 3, 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, I		Spätzle-Pilz Pfanne A, D, I		Geschmorte Ochsenbäckchen A, I, J mit Spätzle A, C und Schwarzwurzeln A, G, I		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. Geschwärtz - 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 Rels		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 ZucchiniGemüse und Rosmarinkartoffeln		Polenta G und Ratatouille		Seelachs Mediterraneo A,G,D mit ZucchiniGemüse 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,I,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