

SPEISEPLAN

KW 28	Menü I / Vollkost	Menü II / Angepasste Vollkost	Menü III / Vegetarisch
Montag 08.07.2024	Gebackene Hähnchenkeule auf Letschosauce 17,18 Kartoffelspalten	Gedünstetes Rotbarschfilet 4 mit Senf-Dillsauce, 1b,3,7,9,13,16,17,18,23 dazu Kohlrabi-Möhren-Gemüse, und Kartoffelpüree 7,13,17,18,23	Rote Linsen-Curry 9,16,17,18 mit Vollkornreis 7,18 und gem. Salat 3,7,9,10,13,16,17,18,24
Dienstag 09.07.2024	Oma`s Backfisch im Teigmantel, 1b,4 mit hausgemachter Remoulade, 1b,3,7,9,13,16,17,18,23 dazu Sommergemüse 17,18 und Dampfkartoffeln 17,18	Wiener Würstchen (Geflügel), 17,18,23 hausgemachter Kartoffelsalat (warm) in Essig/Öl 17,18 Senf 10	Gefüllte Kartoffeltaschen 1b,3,7,13,17,18 auf mediterranem Sommergemüse 17,18 mit Currysauce 1b,3,7,13,17,18
Mittwoch 10.07.2024	Rindergeschnetzeltes Stroganoff mit Rote Bete, Zwiebeln, Champignons, Paprika und creme fraîche, 1b,3,7,9,10,13,16,17,18,24 dazu Reis 17,18	Ofenkartoffel mit Kräuterquark, 7,13 Grillgemüse 17,18 und Putenbruststreifen 17,18	Gebackener Fetakäse 1b,3,7,17,18,23 mit Tomaten-Paprika-Zwiebel-Ragout und Baguette 1b
Donnerstag 11.07.2024	Vollkornspaghetti 1b mit vegetarischer Bolognese, 1b,3,7,9,13,16,17,18,23 dazu Eisbergsalat mit Italian Dressing 1b,3,7,9,10,13,16,17,18,24	Pastinaken-Karotten-Eintopf mit Süßkartoffelwürfeln 7,9,13,16,17,18,23 und Baguette 1b	Gemischter Blattsalat mit Tomate-Mozzarella, mit Balsamico-Dressing 12,16,17,18,23 und Baguette 1b
Freitag 12.07.2024	Gyros vom Schwein 1b mit Tzatziki, 7,13 und Reis 17,18 und Krautsalat 17,18	Eierfrikassee nach Oma`s Art 3,7,9,13,16,17,18,23 mit Erbsen & Möhrengemüse,17,18 dazu Salzkartoffeln 17,18	Schmetterlingsnudeln 1b,3,9,17,18 mit Brokkoli -Sauce, 1b,3,7,9,13,16,17,18,23 Mandelblättchen 8a und geriebenem Hartkäse 7
Samstag 13.07.2024	Bauerntopf mit Linsen, Paprika, Zwiebeln, Kartoffelwürfel 3,7,9,13,17,18	Bauerntopf mit Möhren, Sellerie, grünen Bohnen und Kartoffelwürfel 3,7,9,13,17,18	Gefüllte Zucchini 1b,3,7,9,13,16,17,18,23 mit Tomatensauce, 17,18 Reis 17,18 und Salat 1b,3,7,9,13,16,17,18,23
Sonntag 14.07.2024	Rinderroulade 10 mit Speck und Zwiebeln gefüllt dazu dunkle Sauce, 1b,3,7,9,13,16,17,18,23 Bohngemüse 17,18 und Kartoffelknödel 17,18	Rinderroulade 9,10 mit Gewürzgurke und Möhren gefüllt, dazu dunkle Sauce, 1b,3,7,9,13,16,17,18,23 Bohngemüse 17,18 und Dampfkartoffeln 17,18	Gemüsepfanne mit hausgemachtem Joghurt-Schnittlauch-Dip, 1b,3,7,9,13,16,17,18,23 dazu Röstitaler und Salat 1b,3,7,9,13,16,17,18,23

SS01



Unser Haus ist ausgezeichnet mit dem RAL Gütezeichen Kompetenz richtig Essen - das Gütezeichen für Essen mit gutem Gefühl. Es wird jodiertes Speisesalz verwendet
Bio-Zutatenliste: Dienstag, Freitag und Sonntag Bio-Kartoffeln und Bio-Reis nach DE-ÖKO-009.
Diätassistentin: Heidi Bielenberg (Diätbüro: Tel.4130) Änderungen vorbehalten.

0 = ohne Allergen, 1 = Gluten (1a = Roggen, 1b = Weizen, 1c = Gerste, 1d = Hafer, 1e = Dinkel, 1f = Kamut), 2 = Krebstiere, 3 = Ei, 4 = Fisch, 5 = Erdnüsse, 6 = Soja, 7 = Milchprodukte, 8 = Schalenfrüchte (8a = Mandeln, 8b = Haselnuss, 8c = Walnuss, 8d = Cashew-Nuss, 8e = Pecanuss, 8f = Paranuss, 8g = Pistazie, 8h = Macadamianuss), 9 = Sellerie, 10 = Senf, 11 = Sesamsamen, 12 = Schwefeldioxid und Sulfate, 13 = Laktose, 14 = Lupine, 15 = Weichtiere
16 = mit Farbstoff (E100 – E180), 17 = mit Konservierungsstoff (E200 – E219, E230-E252, E 280-E285, E1105, E1520), 18 = mit Antioxidationsmittel (E300 – E322, E331-E337, E385, E472c, E512), 19 = mit Geschmacksverstärker (E620 – E640, E355, E508- E511), 20 = geschwefelt (E220 –E228 ab 10mg/kg), 21 = geschwärzt (E579, E585), 22 = gewachst (E901 –E904, E912, E914),23 = mit Phosphat (E338 – E343, E450 – E452, E541, E1410, E1412- E1414, E1442),24 = mit Süßungsmitteln (E950- E969, E420, E 421) 25 = enthält eine Phenylalaninquelle (E951, E962)