

# SPEISEPLAN

KW 10	Menü I / Vollkost	Menü II / Angepasste Vollkost	Menü III / Vegetarisch
Montag 02.03.2026	Holsteiner Erbsensuppe und Baguette Brötchen 1b	Gemüse-Gerste-Pfanne 1c,17,18 mit heller Kräutersoße 7,13,23 und Salat 3,7,13,16,17,18,23,24	Brokkoli-Nuß-Ecke 8a,8b,8c mit Kürbissauce 7,13,23 und Kartoffeln dazu Feldsalat 3,7,9,13,16,17,18,23,24
Dienstag 03.03.2026	Weißkohl-Gemüse-Pfanne mit Kümmel-Rahm-Sauce 7,13,23 dazu Kartoffeln	Gedünstete Fischroulade 1b,4,7,9,13 gefüllt mit Gartengemüse auf Blattspinat 1b,7,9,10,13,17,18 dazu Kartoffeln	Tagessuppe 7,13,18,23 Warmer Milchreis 7,13,17 mit heißen Zimt-Kirschen 18
Mittwoch 04.03.2026	Steckrübenmus 7,9,13,17,18,23 mit Kochwurst 17,18,23,24 und Senf 10	Königsberger Klopse vom Rind mit Kapernsoße 7,13,23 Roter Bete Salat 17,18 und Kartoffeln	Gefüllte Tortellini (Spinat/Ricotta) mit Käsesoße 1b,7,9,13,17,18,23 dazu Eisbergsalat mit Honig-Senf-Vinaigrette 1b,7,9,10,13,16,17,18,23,24
Donnerstag 05.03.2026	Kasslerbraten mit dunkler Zwiebelsoße 7,13,23 dazu Sauerkraut und Kartoffelpüree 7,13,16,17,18,23	Hähnchengeschnetzeltes 1b,7,9,13,17,18 mit Champignons und Spätzle 1b,3 dazu Eisbergsalat mit Zitronen-Joghurt Dressing 1b,3,7,9,13,16,17,18,23	Gemüestäbchen 1b mit Petersilien-Kräutersoße 1b,7,9,13,17,18 dazu Kartoffeln und Erbsen & Möhren
Freitag 06.03.2026	Oma's Backfisch im Teigmantel 1b,4 dazu hausgemachte Remoulade, 3,7,9,13,17,18,23,24 mit Rustikamöhren und Kartoffeln	Leicht geräucherter Putenbraten 1b mit <b>Brokkoli</b> dazu Orangen-Mandelsauce 1b,7,9,13,17,18 und Kartoffelstampf 7,13,16,17,18,23	<b>Linsen</b> -Tomaten-Eintopf mit Kartoffelwürfeln 1b,7,9,13,17,18 und Baguette 1a, 1b
Samstag 07.03.2026	Pastinaken- <b>Karotten</b> -Eintopf mit Süßkartoffelwürfeln 7,9,13,17,18,23 dazu Roggenbrötchen 1a,1b	Pastinaken- <b>Karotten</b> -Eintopf mit Süßkartoffelwürfeln 7,9,13,17,18,23 dazu Roggenbrötchen 1a,1b	Vegetarisch gefüllte Paprikaschote 1b,3,6,9,10 mit Tomatensoße 7,9,13,17,18 und buntem Salat 1b,3,7,9,13,16,17,18,23 dazu <b>Reis</b>
Sonntag 08.03.2026	Rinderbraten 9,10 mit Sauce, 1b,3,7,9,13,17,18 dazu <b>Blumenkohl</b> und Kroketten 1b,3,7	Rinderbraten 9,10 mit Sauce, 1b,3,7,9,13,17,18 dazu <b>Blumenkohl</b> und Kartoffeln	Kichererbsen-Curry mit buntem Gemüse 7,9,13,17,18 dazu <b>Reis</b> und Salat 1b,7,9,10,13,16,17,18,23,24

WS 03



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: Freitag Bio Brokkoli und Bio Linsen, Samstag Bio Möhren, Samstag und Sonntag Bio Reis und Sonntag Bio Blumenkohl 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 = geschwärtzt (E579, E585), 22 = gewachst (E901 –E904, E912, E914), 23 = mit Phosphat (E338 – E343, E450 – E452, E541, E1410, E1412- E1414), 24 = mit Süßungsmitteln (E950- E969, E420, E 421) 25 = enthält eine Phenylalaninquelle (E951, E962)