

KW 43	Menü I / Vollkost	Menü II / Angepasste Vollkost	Menü III / Vegetarisch
Montag 19.10.2026	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 20.10.2026	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 21.10.2026	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 22.10.2026	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	Gemügestäbchen 1b mit Petersilien-Kräutersoße 1b,7,9,13,17,18 dazu Kartoffeln und Erbsen & Möhren
Freitag 23.10.2026	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 Brokkoli dazu Orangen-Mandelsauce 1b,7,9,13,17,18 und Kartoffelstampf 7,13,16,17,18,23	Linsen -Tomaten-Eintopf mit Kartoffelwürfeln 1b,7,9,13,17,18 und Baguette 1a, 1b
Samstag 24.10.2026	Pastinaken- Karotten -Eintopf mit Süßkartoffelwürfeln 7,9,13,17,18,23 dazu Roggenbrötchen 1a,1b	Pastinaken- Karotten -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 Reis
Sonntag 25.10.2026	Rinderbraten 9,10 mit Sauce, 1b,3,7,9,13,17,18 dazu Blumenkohl und Kroketten 1b,3,7	Rinderbraten 9,10 mit Sauce, 1b,3,7,9,13,17,18 dazu Blumenkohl und Kartoffeln	Kichererbsen-Curry mit buntem Gemüse 7,9,13,17,18 dazu Reis 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 = 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)