

# SPEISEPLAN

KW 45	Menü I / Vollkost	Menü II / Angepasste Vollkost	Menü III / Vegetarisch
Montag 04.11.2024	Weißer Bohneneintopf 1b,3,7,9,10,13,17,18 mit Kochwurst vom Schwein und Kartoffelwürfeln	Gebratenes Schollenfilet 1b,4 mit Dillsauce 1b,7,9,10,13,17,18 dazu Kaisergemüse und <b>Dampfkartoffeln</b>	Falafel mit Tomatensoße 7,9,13,16,17,18 dazu Risi-Pisi und Salat 1b,3,7,9,10,13,16,17,18,24
Dienstag 05.11.2024	Ungarisches Rindergoulasch 1b,3,7,9,10,13,17,18 mit Paprika, Zwiebeln, Champignons und <b>Vollkornnudeln</b> 1b,17,18	Gebratenes Putensteak 1b,3 mit brauner Soße 1b,7,9,10,13,17,18 und <b>Blumenkohl</b> dazu Süßkartoffelpüree 7,9,10,13,17,18	Gebackener Fetakäse 1a,1b,7,13,16,17,18 auf Tomatenragout dazu <b>Reis</b> und Salat 1b,3,7,9,10,13,16,17,18,24
Mittwoch 06.11.2024	Hausgemachte Weißkohl-Rinderhack-Pfanne 1b,3,7,9,10,13,17,18 und Specksauce,1b,7,9,10,13,17,18 dazu Serviettenknödel 1b 17,18	Hühnerfrikassee 1b,7,9,13,16,17,18 mit Champignons, Spargel und <b>Reis</b>	Tages-Cremesuppe 1b,3,7,9,10,13,17,18 Süßkartoffel-Rucolaschnitte 1b,1c dazu Kräuterrahm-Soße 7,9,13,16,17,18 und Salat mit Balsamico-Dressing 17,18,24
Donnerstag 07.11.2024	Linseneintopf, Lauch-und Möhrengemüse und Kartoffelwürfel 7,9,13,17,18	Tages-Cremesuppe 1b,3,7,9,10,13,17,18 danach Pfannkuchen 1b,3,7,9,13 mit Apfelkompott, 17,18,24 Zimt und Zucker	Kürbis-Kartoffelgratin 3,7,9,10,13,17,18 mit Kokos-Sahne-Sauce 1b,7,9,10,13,17,18 und Blattsalat 1b,3,7,9,10,13,16,17,18,24
Freitag 08.11.2024	Kohlroulade mit Schweinehack- Füllung, dazu Kümmel-Rahm-Soße 1b,7,9,10,13,17,18 und <b>Salzkartoffeln</b>	gedünstetes Seelachsfilet 1b,4 mit Senfsauce 1b,7,9,10,13,17,18 dazu Zucchini-Möhren (Fit-Mix) mit <b>Dampfkartoffeln</b>	Tages-Cremesuppe 1b,3,7,9,10,13,17,18 Gefüllter Germknödel 1b,17,18 mit Lebkuchen-Vanille-Soße 1b,7,13,16,17,18,23,24
Samstag 09.11.2024	Vegetarischer Kürbis-Kartoffel-Eintopf 7,9,13,18 mit Roggenbrötchen 1a, 1b	Vegetarischer Kürbis-Kartoffel-Eintopf 7,9,13,18 mit Roggenbrötchen 1a, 1b	Vegetarische Maultaschen 1b,3,7,9,13,16,17,18 mit Käsesoße 1b,3,7,9,13,16,17,18,24 und Brokkoli
Sonntag 10.11.2024	Rheinischer Sauerbraten mit Rosinensauce 1b,3,7,9,10,13,17,18 Apfelrotkohl 17,18 und Semmelknödeln 1b 17,18	Rheinischer Sauerbraten mit Rosinensauce 1b,3,7,9,10,12,13,16,17,18 Erbsen & Möhren dazu <b>Salzkartoffeln</b>	Klassische Weißkohl-Suppe mit Zwiebeln, Möhren, grünen Bohnen, Paprika und Sellerie 7,9,13,17,18 dazu Brot 1a,1b

WS02



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: Montag, Freitag, Sonntag Bio-Kartoffeln, Mittwoch Bio Reis und 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)