

| SPEISEPLAN<br>Woche 43.  | MONTAG<br>21.10.2024  | DIENSTAG<br>22.10.2024  | MITTWOCH<br>23.10.2024  | DONNERSTAG<br>24.10.2024  | FREITAG<br>25.10.2024   | SAMSTAG<br>26.10.2024   | SONNTAG<br>27.10.2024   |
|--|---|---|---|---|---|---|---|
| <b>Deftiger Eintopf Menü Gelb</b><br><br>Eintopfmenü<br>Allergene/Zusatzstoffe         | <b>Bunter Gemüseeintopf</b> mit Hühnerfleisch<br><br>Kalorien: 321*<br>1,4,4a,6,9   | <b>Grüner Bohneneintopf</b> mit Kartoffeleinlage und gewürfeltem Rindfleisch<br><br>Kalorien: 293*<br>4,4a,9  | <b>Holsteiner Steckrübenmus</b> mit geräuchertem Speck und Kochwurst<br><br>Kalorien: 746<br>9,10,A,B,C   | <b>Kartoffelsuppe „Holsteiner Art“</b> mit Speckstippe und Würstchen<br><br>Kalorien: 654<br>4,4a,9,A,B,C,D,G   | <b>Serbische Bohnensuppe</b> mit Paprika, Tomaten und 2 Geflügelwienern<br><br>Kalorien: 540*<br>4,4a,9,B,C   | <b>Blumenkohl-Broccoli-Eintopf</b> mit Kartoffeleinlage und Würstchen<br><br>Kalorien: 499<br>1,4,4a,6,9,A,B,C,D,G  | <b>Elsässer Spargeltopf</b> mit Kartoffeleinlage, gekochtem Schinken und Fleischklößchen<br><br>Kalorien: 360<br>1,4,4a,6,9,B,C |
| <b>Tages-Menü Menü Rot</b><br><br>Schmackhafte Hausmannskost<br>Allergene/Zusatzstoffe | <b>Deutsches Beefsteak vom Rind</b> in Bratensoße, Leipziger Allerlei und Kartoffeln<br><br>Kalorien 386*<br>1,4,4a,6,9,10,G  | <b>Nudelkäseauflauf</b> mit Schinkenwürfeln<br>Beilage: Tomatensalat<br><br>Kalorien: 535<br>1,4,4a,6,9,B,C   | <b>Bayrischer Leberkäse</b> mit Speck-ZwiebelsöÙe, Weißkohl in Rahm und Kartoffeln<br><br>Kalorien: 477<br>1,4,4a,6,9,B,C,D   | <b>Gebratene Putenleber</b> mit ZwiebelsöÙe, Apfelkompott und Kartoffelpüree<br><br>Kalorien: 566*<br>4,4a,6  | <b>Bratwurst</b> mit gestobtem Blumenkohl und Kartoffeln<br><br>Kalorien: 450<br>1,4,4a,6,9,10,B,C,D,G  | <b>Rindergeschnetzeltes „Stroganoff Art“</b> in Sauerrahm mit Gurke, Rote Bete, Zwiebeln und Spätzle<br><br>Kalorien: 487*<br>1,4,4a,6,H  | <b>Truthahnkeulenbraten</b> in RosmarinsoÙe mit Rotkohl und Kartoffelklößchen<br><br>Kalorien: 783*<br>4,4a,6,9                 |
| <b>Vegetarisch-Vital Menü Grün</b><br><br>Leicht & lecker<br>Allergene/Zusatzstoffe    | <b>5 Blumenkohl Falafelbällchen</b> in RahmsöÙe mit Rosenkohl und Kartoffelklößchen mit Bröseln<br><br>Kalorien: 666 BE 9,8*<br>4,4a,6,9,11                         | <b>Vierländer Gemüseplatte</b> mit gestobtem Spargel und Kartoffelpüree<br><br>Kalorien: 331 BE 3,3*<br>1,4,4a,6,9  | <b>3 gekochte Eier</b> in SenfsöÙe mit Kartoffeln<br>Beilage: Apfel-Möhrensalat<br><br>Kalorien: 565 BE 5,6*<br>1,4,4a,6,9,10   | <b>Omelette</b> mit Champignons in Sahne und Reis<br><br>Kalorien: 503 BE 5,7*<br>1,4,4a,6,9,C  | <b>Mezzelune Spinachi</b> mit Spinat gefüllte Teigtaschen und Tomaten-FrischkäsesöÙe<br>Beilage: Grüner Salat mit Kräuterdressing<br>Kalorien: 1033 BE 12,5*<br>1,4,4a,6,9,10 | <b>Herzhaftes Sauerkrautgratin</b> mit Käse überbacken, Karottenstreifen in BechamelsöÙe<br><br>Kalorien: 587 BE 3,3*<br>1,4,4a,6,9,C   | <b>Kohlroulade</b> mit Gemüsesojafüllung<br>KräutersöÙe und Kartoffeln<br><br>Kalorien: 384 BE 4,6*<br>1,4,4a,6,9,12            |
| <b>Diät-Menü Menü Blau</b><br><br>Auf diabetischer Basis<br>Allergene/Zusatzstoffe     | <b>3 Rostbratwürstchen „Nürberger Art“</b> mit Sauerkraut und Kartoffelpüree<br><br>Kalorien: 561 BE 3,2<br>4,4a,6,10,B,C,H   | <b>Putengeschnetzeltes</b> mit MajoransöÙe, Rotkohl und Spätzle<br><br>Kalorien: 402 BE 4,7*<br>1,4,4a,6,9  | <b>Hähnchenbrust „natur“</b> mit ChampignonrahmsöÙe, Brechbohnen und Kräuterpüree<br><br>Kalorien: 366 BE 2,2*<br>4,4a,6  | <b>Rinderbraten</b> mit Champignons, Blumenkohl und Rote Bete Gnocchi<br><br>Kalorien: 335 BE 2,3*<br>4,4a,6,9  | <b>Gebratene Seelachs</b> nach „Helgoländer Art“ mit Tomaten, Zwiebeln, Garnelen und Reis<br><br>Kalorien: 474 BE 5,7*<br>1,3,4,4a,5,6,9                                      | <b>Kalbshackbraten</b> in RahmsöÙe mit Romanescoröschen und Salzkartoffeln<br><br>Kalorien: 270 BE 3,1*<br>1,4,4a,6,9   | <b>Milder Kasserlamm</b> in BratensoÙe, Fingermöhren und Kartoffeln<br><br>Kalorien: 361 BE 3<br>4,4a,6,9,10,B,C                |
| <b>Hanseaten-Menü Menü Gold</b><br><br>Feinschmecker Menü<br>Allergene/Zusatzstoffe    | <b>Grünkohlplatte</b> mit Kasseler, Kohlwurst und Röstkartoffeln<br><br>Kalorien: 800<br>4,4a,9,10,A,B,C  | <b>Gegrilltes Haxenfleisch</b> mit RotweinsöÙe, Bayrisch Kraut und Salzkartoffeln<br><br>Kalorien: 528<br>1,4,4a,6,8,9,12                                     | <b>GOURMETMENÜ</b><br><b>2 Schweinemedallions aus dem Rücken</b> mit PfefferlingsoÙe, gestobtem Spargel und Spätzle<br><b>Aufpreis: EUR 3,50</b><br>Kalorien: 615<br>1,4,4a,4c,6,9,12,B,C | <b>Matjesfilets</b> in Sauerrahm mit Zwiebeln und Äpfeln mit Speckbohnen und Kartoffeln<br><br>Kalorien: 1041<br>1,3,6,10,B,C,D                         | <b>2 gegrillte Hähnchensteaks</b> in JägersöÙe mit Speckwürfel, Buttermais und Kartoffelpüree<br><br>Kalorien: 636<br>1,4,4a,6,9,10,B,C                                       | <b>Unsere Preise</b><br><b>Willkommensangebot: 5 Essen p.P. nur 30€</b><br><b>Jedes Essen nur 9,30€ (Gourmet +3,50€)</b><br><b>ab 11 Essen im Monat nur 9,10€</b><br><b>ab 26 Essen im Monat nur 8,90€</b><br>Lieferung außerhalb Kaltenkirchen + 0,30€<br>Rechnungszahler + 1,00€  |   |
| <b>International-Menü</b><br><br>Aus aller Welt<br>Allergene/Zusatzstoffe              | <b>ITALIENISCH</b><br><b>Pikante Garnelen</b> mit Spaghetti und Tomaten-KnoblauchsöÙe<br><br>Kalorien: 499*<br>3,4,4a,5,6   | <b>CHINESISCH</b><br><b>Rindfleisch „Szechuan Art“</b> mit bunten Gemüstreifen, Zwiebeln, SojasöÙe und Reis<br><br>Kalorien: 481*<br>4,4a,9,10,12,A,B         | <b>ITALIENISCH</b><br><b>Cannelloni</b> mit Spinat- und Käsefüllung mit TomatensoÙe und Grana Padano<br><br>Kalorien: 663*<br>1,4,4a,6  | <b>GRIECHISCH</b><br><b>Gefüllter Käsebifteki vom Rind</b> in KnoblauchsöÙe mit Pfannengemüse und Röstkartoffeln<br><br>Kalorien: 541*<br>1,4,4a,6,9,12 | <b>ITALIENISCH</b><br><b>Makkaroni all' Arrabiata</b> mit Hähnchenstreifen und feuriger TomatensoÙe<br><br>Kalorien: 504*<br>1,4,4a,6,7                                       | <b>Legende der Zusatzstoffe</b><br>A mit Farbstoff<br>B mit Konservierungsstoff<br>C mit Antioxidationsmittel<br>D mit Geschmacksverstärker<br>E geschwefelt<br>F geschwärtzt<br>G mit Phosphat<br>H mit Süßungsmittel<br>I enth. Eine Phenylalaninquelle (Aspartam)<br>J gewachst<br><br><b>Legende der Allergene</b><br>1 - Ei<br>2 - Erdnüsse<br>3 - Fisch<br>4 - Gluten<br>4a - Weizen<br>4b - Roggen<br>4c - Gerste<br>4d - Hafer<br>4e - Dinkel<br>4f - Kamut<br>5 - Krebstiere<br>6 - Milch einschl. Laktose<br>7 - Schalenfrüchte<br>7a - Mandeln<br>7b - Haselnuss<br>7c - Walnuss<br>7d - Cashewnuss<br>7e - Pekannuss<br>7f - Paranuss<br>7g - Pistazie<br>7h - Macadamianuss<br>8 - Schwefeldioxid/Sulfite<br>9 - Sellerie<br>10 - Senf<br>11 - Sesam<br>12 - Soja (gen-tech-frei)<br>13 - Lupinen<br>14 - Weichtiere |   |
| <b>Salat</b><br><br>Für Kalorienbewusste<br>Allergene/Zusatzstoffe                     | <b>Bunter Chesaalat</b> mit Eisberg, 2 1/2 Eiern, Käse- und Schinkenstreifen<br><br>American-Dressing<br>kleines Brötchen<br><br>Kalorien: 589<br>1,4,4a,6,9,10,B,C | <b>Ostseesalat</b> mit Räucherlachs und Garnelen auf Eisberg, Tomate und Gurke,<br>Dill-Dressing<br>kleines Brötchen<br><br>Kalorien: 400*<br>1,3,4,4a,5,6,10 | <b>Griechischer Bauernsalat</b> mit kleinen Frikadellen und Hirtenkäse,<br><br>Knoblauch-Dressing<br>kleines Brötchen<br><br>Kalorien: 686<br>1,4,4a,6,10,C,H                             | <b>Schweizer Käsesalat</b> mit Eisberg, Ananas, Gurken, Radieschen<br><br>Ananas-Dressing<br>Kleines Brötchen<br><br>Kalorien: 841*<br>1,4,4a,6,10      | <b>Salatplatte Nizza</b> mit Oliven, Tomaten, Eisberg, Thunfisch,<br><br>Kräuter-Dressing<br>kleines Brötchen<br><br>Kalorien: 722*<br>1,3,4,4a,6,10                          |   |   |
| <b>Süß-/Kaltspeisen-Menü</b><br><br>Süßes und Pikantes<br>Allergene/Zusatzstoffe       | <b>Hähnchenschnitzel</b> mit Waldorf- und Nudelsalat<br><br>Kalorien: 785*<br>1,4,4a,4c,9,10,H  | <b>Grießspeise</b> mit heißen Kirschen<br><br>Kalorien: 674*<br>4,4a,6  | <b>Hausgemachte Bratheringe</b> „süß-sauer“ eingelegt mit buntem Kartoffelsalat<br><br>Kalorien: 978*<br>1,3,9,10   | <b>3 American Pancakes</b> mit VanillesöÙe<br><br>Kalorien: 845*<br>1,4,4a,6  | <b>Rinderfrikadelle</b> mit Coleslaw, Kartoffelsalat „natur“ und Senf<br><br>Kalorien: 616*<br>1,4,4a,6,9,10,G  |   |   |
|  |   |   |   |   |   |   | Änderungen aus technischen Gründen vorbehalten  |

Die Auflistung der Allergene bezieht sich auf die 14 Hauptauslöser allergischer Lebensmittelreaktionen (Allergien und Unverträglichkeiten). Eine Nennung erfolgt, wenn die vorbezeichneten Stoffe oder daraus hergestellten Erzeugnisse verändert oder unverändert im Menü enthalten sind. Unbeabsichtigte und technisch unvermeidbare Übertragungen auf Produkte, die dieses Allergen grundsätzlich nicht als Zutat enthalten, können wir nicht vollständig ausschließen. Diese sogenannten Kreuzkontaminationen sind nicht angegeben.