

SPEISEPLAN Woche 45.	MONTAG 04.11.2024	DIENSTAG 05.11.2024	MITTWOCH 06.11.2024	DONNERSTAG 07.11.2024	FREITAG 08.11.2024	SAMSTAG 09.11.2024	SONNTAG 10.11.2024
Deftiger Eintopf Menü Gelb Eintopfmenü Allergene/Zusatzstoffe	Holsteiner Erbseneintopf mit Rauchfleisch und einer Bockwurst Kalorien: 784 4,4a,9,B,C,G	„Minestrone“ Italienische Tomatensuppe mit Nudeln, Tomaten und Fleischklößen Kalorien: 358 1,4,4a,4b,4c,4d,4e,4f,6,9	Deftiger Schnittbohneintopf mit magerem Schweinefleisch Kalorien: 410 4,4a,9	Frühlingsuppentopf nach Hausfrauen Art mit Lauch, Zwiebeln, Karotten, Nudeln und Hühnerfleisch Kalorien: 372* 4,4a,4b,4c,4d,4e,4f,9	Blumenkohleintopf mit Kartoffeleinlage und Geflügelwienern Kalorien: 518* 1,4,4a,6,9,B,C	Ungarisches Kesselgulasch mit Rindfleisch, Paprika und Kartoffeleinlage Kalorien: 382* 4,4a,9	Kartoffelsuppe „Holsteiner Art“ mit Speckstippe und Würstchen Kalorien 654 4,4a,9,A,B,C,D,G
Tages-Menü Menü Rot Schmackhafte Hausmannskost Allergene/Zusatzstoffe	Falscher Hase mit Bratensoße, Apfelrotkohl und Kartoffeln Kalorien: 362 1,4,4a,6,9,10	Nackensteak „Jäger Art“ mit Pilzsoße, Blumenkohl und Kartoffeln Kalorien: 463 4,4a,6,B,C	Kohlroulade mit Speckrahmsoße und Kartoffelpüree Kalorien: 564 4,4a,6,9,B,C	Geflügel „Cordon Bleu“ in Rahmsoße mit Erbsen und Gnocchi Kalorien: 534* 1,4,4a,6,9,B,C,G	Gebatene Hähnchenbrust mit Rahmsoße, Broccoli und Spätzle Kalorien: 370* 1,4,4a,6,9	Lebergeschnetzeltes vom Rind mit Apfel-Zwiebelsoße und Kartoffelpüree Kalorien: 497* 4,4a,6	Truthahnrollbraten in Sahnesoße, Pariser Karotten und Kartoffeln Kalorien: 472* 4,4a,6,9
Vegetarisch-Vital Menü Grün Leicht & Lecker Allergene/Zusatzstoffe	Kürbisnudeln Makkaroni mit einer Hokkaidokürbissoße Beilage: Grüner Salat mit Kräuterdressing Kalorien: 636 BE 6,7* 1,4,4a,6,9,10	Eieromelette in holländischer Soße mit Erbsen und Kartoffelpüree Kalorien: 418 BE 3,2* 1,4,4a,6,9,C	Bolognese aus roten Linsen mit Spaghetti Kalorien: 442 BE 6,4* 4,4a,9	Pikantes Pilzgulasch mit Zwiebeln, Lauch und Reis Kalorien: 385 BE 6,4* 4,4a,6,9	Gerösteter Rosenkohl in Nusssoße und Käse gebacken mit Kartoffelpüree Kalorien: 727 BE 4,1* 4,4a,6,7,9	Gebackener Camembert auf Knusperpanade auf Pfannengemüse mit Nudeln Kalorien: 580 BE 5,3* 1,4,4a,6,9	Vegetarische Bratwurst auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree Kalorien: 639 BE 4,1* 1,4,4a,6,C
Diät-Menü Menü Blau Auf diabetischer Basis Allergene/Zusatzstoffe	Hühnerfiletkassee mit Champignon- Spargelsoße mit Butterreis Kalorien: 486 BE 5,6* 1,4,4a,6,9	Gefüllte Schweineroulade mit Bratensoße, grünen Bohnen und Kartoffeln Kalorien: 394 BE 2,8 4,4a,6,9,10,C	Gebratenes Hähnchenbrustfilet in Rahmsoße mit Leipziger Allerlei und Kartoffeln Kalorien: 323 BE 3,2* 4,4a,6,9	Magerer Rinderbraten in Meerrettichsoße mit Romanesco und Kartoffeln Kalorien: 384 BE 2,9* 4,4a,6,9,10	Frisches Bratheringsfilet auf Juliennegemüse mit Petersiliensoße und Kartoffelpüree Kalorien 486 BE 2,3* 1,3,4,4a,6,9	Thüringer Mettsteak in Rahmsoße mit Blumenkohl in Rahm und Kartoffeln Kalorien: 360 BE 3,4 1,4,4a,6,9,10	Hirschgulasch in Wacholderrahm mit Speckpilzen und Spätzle Kalorien: 472 BE 3,8 1,4,4a,6,9,B,C,H
Hanseaten-Menü Menü Gold Feinschmecker Menü Allergene/Zusatzstoffe	GOURMETMENÜ Wildschweinbraten in Backpflaumensoße mit Spitzkohl in Rahm und Semmelknödel Aufpreis: EUR 3,50 Kalorien: 605 1,4,4a,6,9	Rindergulasch „Balkan Art“ mit Paprika, Zwiebeln, Pilzen und Gabelspaghetti Kalorien: 475* 4,4a,4b,4c,4d,4e,4f,6	Gebratenes Hokifischfilet (Seehecht, MSC) mit Kräutersahnesoße, Möhren und Kartoffeln Kalorien: 348* 3,4,4a,6,9	1 Paar Münchner Weißwürste auf Sauerkraut mit Kartoffelspeckpüree Beilage: Süßer Senf Kalorien: 828 4,4a,6,10,B,C,G	Grünkohlplatte mit Kasseler, Kohlwurst und Röstkartoffeln Kalorien: 800 4,4a,9,10,A,B,C	Unsere Preise Willkommensangebot: 5 Essen p.P. nur 30€ Jedes Essen nur 9,30€ (Gourmet +3,50€) ab 11 Essen im Monat nur 9,10€ ab 26 Essen im Monat nur 8,90€ Lieferung außerhalb Kaltenkirchen + 0,30€ Rechnungszahler + 1,00€	
International-Menü Aus aller Welt Allergene/Zusatzstoffe	GRIECHISCH Fischroulade „Mykonos“ mit Spinatkäsefüllung, Kräutersoße und Reis Kalorien: 494* 3,4,4a,6,9	AMERIKANISCH Louisiana/USA Makkaroni mit Rindfleischbällchen und Cajun-Kokossoße Beilage: Gurkensalat in Rahm Kalorien: 825* 1,4,4a,6,9,10	TÜRKISCH Kebab vom Rind und Kalb mit Tomatenreis Beilage: Tzatziki Kalorien: 746* 6,9	CHINESISCH Schweinefleisch „süß-sauer“ mit buntem Chinagemüse und Reis Kalorien: 542 9,10,12,A,B	ITALIENISCH Lasagne mit gemischtem Hack, Spinat, Tomatensoße und Grana Padano überbacken Kalorien: 830 1,4,4a,6	Legende der Zusatzstoffe A mit Farbstoff B mit Konservierungsstoff C mit Antioxidationsmittel D mit Geschmacksverstärker E geschwefelt F geschwärzt G mit Phosphat H mit Süßungsmittel I enth. Eine Phenylalaninquelle (Aspartam) J gewachst	Legende der Allergene 1 - Ei 2 - Erdnüsse 3 - Fisch 4 - Gluten 4a - Weizen 4b - Roggen 4c - Gerste 4d - Hafer 4e - Dinkel 4f - Kamut 5 - Krebstiere 6 - Milch einschl. Laktose 7 - Schalenfrüchte 7a - Mandeln 7b - Haselnuss 7c - Walnuss 7d - Cashewnuss 7e - Pekannuss 7f - Paranuss 7g - Pistazie 7h - Macadamianuss 8 - Schwefeldioxid/Sulfite 9 - Sellerie 10 - Senf 11 - Sesam 12 - Soja (gen-tech-frei) 13 - Lupinen 14 - Weichtiere
Salat Für Kalorienbewusste Allergene/Zusatzstoffe	Bunter Chefsalat mit Käse, Schinkenstreifen und 2 1/2 Eiern American-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 589 1,4,4a,6,9,10,B,C	Sizilianischer Salat Paprika, Tomaten, Oliven, Zwiebeln, Hirtenkäse, Krautsalat, Geflügel-Mettwurst, Knoblauch- Dressing kleines Brötchen Kalorien: 699* 1,4,4a,6,10,A,B,C,H	Canarischer Salat mit Eisberg, Tomate, Gurke, Zwiebel, Thunfisch, Kräuter – Dressing kleines Brötchen Kalorien: 664* 1,3,4,4a,6,10	Salat „Paradies“ mit Eisberg, Ananas, Gurken, Karotten, Tomaten, Nuggets, Curry- Dressing kleines Brötchen Kalorien: 705* 1,4,4a,6,9,10	Mozzarella Salat mit Eisberg, Tomaten, Zwiebeln, Mozzarella, Italian- Dressing kleines Brötchen Kalorien: 482* 1,4,4a,6,9,10		
Süß-/Kaltspeisen-Menü Süßes und Pikantes Allergene/Zusatzstoffe	Magere Sülze mit Remoulade und Kartoffelsalat „natur“ Kalorien: 630 1,6,10,A,B,C,D	Hamburger Rote Grütze mit Vanillesoße Kalorien: 565* 6	Paniertes Schweineschnitzel mit Gewürzgurke und buntem Kartoffelsalat Kalorien: 660 1,4,4a,6,10	Milchreis mit Kirschkompott Kalorien: 698* 6	Geräucherte Putenbrust mit Ananas auf Waldorfsalat dazu Weißbrot und Butter Kalorien: 830* 1,4,4a,6,9,10,A,B,C,G		

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.