

| SPEISEPLAN<br>Woche 20.  | MONTAG<br>12.05.2025   | DIENSTAG<br>13.05.2025  | MITTWOCH<br>14.05.2025  | DONNERSTAG<br>15.05.2025   | FREITAG<br>16.05.2025   | SAMSTAG<br>17.05.2025   | SONNTAG<br>18.05.2025  |
|--|--|---|---|--|---|---|--|
| <b>Deftiger Eintopf Menü Gelb</b><br><br>Eintopfmenü<br>Allergene/Zusatzstoffe         | <b>Steckrübeneintopf</b><br>mit geräuchertem Speck und Kochwurst<br><br>Kalorien: 634<br>4,4a,9,10,A,B,C   | <b>Linseneintopf</b><br>mit frischem Gemüse, Schweinefleisch und Bockwurst<br><br>Kalorien: 804<br>4,4a,9,B,C,G   | <b>Kräftiger Bohnen-Möhreneintopf</b><br>mit Rindfleisch gekocht mit Kartoffeln<br><br>Kalorien: 307*<br>4,4a,9   | <b>Bunter Gemüseintopf</b><br>mit Hühnerfleisch und Reiseinlage<br><br>Kalorien: 347*<br>4,4a,9  | <b>Mailänder Tomatensuppe</b><br>mit Gemüse, Nudeln und Fleischbällchen<br><br>Kalorien: 358<br>1,4,4a,4b,4c,4e,4f,6,9  | <b>Kräftiger Weißkohleintopf</b><br>mit Kartoffeleinlage und Kohlwurst<br><br>Kalorien: 620<br>4,4a,9,10,A,B,C  | <b>Deftiger Erbseneintopf</b><br>mit frischem Gemüse und Würstchen<br><br>Kalorien: 790<br>4,4a,9,A,B,C,D,G                  |
| <b>Tages-Menü Menü Rot</b><br><br>Schmackhafte Hausmannskost<br>Allergene/Zusatzstoffe | <b>Kohlroulade</b><br>mit Speckrahmsoße und Kartoffeln<br><br>Kalorien: 513<br>4,4a,6,9,B,C  | <b>Rindergulasch</b><br>mit Buttermöhren und Nudeln<br><br>Kalorien: 347*<br>4,4a,6   | <b>Gebratene Hähnchenkeule</b><br>mit Rahmsoße, gestobtem Kohlrabi und Salzkartoffeln<br><br>Kalorien: 589*<br>1,4,4a,6,9   | <b>Paniertes Hähnchenschnitzel</b><br>mit Champignonrahmsoße, Mais und Röstkartoffeln<br><br>Kalorien: 578*<br>1,4,4a,4c,6   | <b>Holsteiner Kartoffelauflauf</b><br>nach Bauernart mit Speck und Ei<br>Beilage: Gewürzgurke<br><br>Kalorien: 875<br>1,6,B,C                                 | <b>Feine Bratwurst</b><br>in pikanter Soße mit Rosenkohl und Kartoffeln<br><br>Kalorien: 400<br>4,4a,6,9,10,B,C,D,G   | <b>Bayrischer Leberkäse</b><br>mit Speck-Zwiebel Soße, grünen Bohnen und Spätzle<br><br>Kalorien: 521<br>1,4,4a,6,B,C,D      |
| <b>Vegetarisch-Vital Menü Grün</b><br><br>Leicht & lecker<br>Allergene/Zusatzstoffe    | <b>Weißer Bandnudeln</b><br>mit Tomaten-Käsesoße<br>Beilage: Grüner Salat in Ananassoße<br><br>Kalorien: 559 BE 5,6*<br>1,4,4a,6,10  | <b>Crunchy Veggie Burger</b><br>Gemüseburger aus Karotten, Spinat und Zwiebeln mit roter Pfeffersoße, Grillgemüse und Reis<br>Kalorien: 638 BE 7,1*<br>1,4,4a,4c,4d,6,9,G | <b>Frischer Blumenkohl</b><br>in holländischer Soße mit Salzkartoffeln<br><br>Kalorien: 246 BE 3,7*<br>1,4,4a,6,9   | <b>Vegetarisches Frikassee</b><br>mit Champignons, Erbsen und Reis<br><br>Kalorien: 447 BE 5,5*<br>1,4,4a,4d,6,9   | <b>Vegetarische Bratwurst</b><br>auf Sauerkraut und Kartoffelpüree<br><br>Kalorien: 639 BE 4,1*<br>1,4,4a,6,C   | <b>Gemüsefrikadelle</b><br>mit Tomatensoße, Erbsen-Maisgemüse und Nudeln<br><br>Kalorien: 487 BE 7*<br>1,4,4a,6   | <b>Frische Champignons</b><br>in cremiger Sahnesoße mit Reis<br><br>Kalorien: 378 BE 6*<br>4,4a,6,9                          |
| <b>Diät-Menü Menü Blau</b><br><br>Auf diabetischer Basis<br>Allergene/Zusatzstoffe     | <b>Magerer Rinderkeulenbraten</b><br>in Bratensoße mit Blumenkohl und Kartoffelpüree<br><br>Kalorien: 408 BE 2,1*<br>4,4a,6,9,10   | <b>Hähnchenfilet</b><br>in Sahnesoße mit Broccoli und Kartoffeln<br><br>Kalorien: 319 BE 2,7*<br>4,4a,6,9   | <b>1 Paar Wiener</b><br>auf süß-saurem Schmorkohl und Kartoffelpüree<br><br>Kalorien: 544 BE 3,1<br>4,4a,6,9,A,B,C,D,G  | <b>Schweinebraten</b><br>in Rosmarinsoße mit Rotkohl und Spätzle<br><br>Kalorien: 504 BE 4,5<br>1,4,4a,6,9   | <b>Seehechtfilet</b><br>in Krebsrahmsoße mit Blattspinat und Reis<br><br>Kalorien: 420 BE 3,9*<br>1,3,4,4a,5,6,9  | <b>Kasselernacken</b><br>mit Bratensoße, Karotten Rustical und Kartoffeln<br><br>Kalorien: 376 BE 3,1<br>4,4a,6,9,10,B,C  | <b>Hausgemachter Kalbshackbraten</b><br>in Rahmsoße mit Blumenkohl und Kartoffeln<br><br>Kalorien: 268 BE 3,1*<br>1,4,4a,6,9 |
| <b>Hanseaten-Menü Menü Gold</b><br><br>Feinschmecker Menü<br>Allergene/Zusatzstoffe    | <b>Paniertes Jägerschnitzel</b><br>in Jägersoße mit Speck, Leipziger Allerlei und Kartoffeln<br><br>Kalorien: 443<br>1,4,4a,6,B,C  | <b>Matjesfilets in Sauerrahm</b><br>mit Zwiebeln, Äpfeln, Speckbohnen und Kartoffeln<br><br>Kalorien: 1041<br>1,3,6,10,B,C,D  | <b>Kalbsgulasch aus der Keule</b><br>mit frischen Champignons, grüne Bohnen und Spätzle<br><br>Kalorien: 615<br>1,4,4a,6  | <b>GOURMETMENÜ</b><br><b>Frischer Stangenspargel</b><br>mit Sauce Hollandaise, Kartoffeln und als Beilage: Katenschinken<br><b>Aufpreis: EUR 3,50</b><br><br>Kalorien: 413<br>1,4,4a,6,9,B,C | <b>Zarte Ochsenbrust</b><br>in Meerrettichsoße mit Rosenkohl und Kartoffeln<br><br>Kalorien: 420*<br>4,4a,6,9,10  | <b>Unsere Preise</b><br><b>Willkommensangebot: 5 Essen p.P. nur 30€</b><br>Jedes Essen nur <b>9,30€</b> (Gourmet +3,50€)<br>ab <b>11 Essen</b> im Monat nur <b>9,10€</b><br>ab <b>26 Essen</b> im Monat nur <b>8,90€</b><br>Lieferung außerhalb Kaltenkirchen + 0,30€<br>Rechnungszähler + 1,00€  |  |
| <b>International-Menü</b><br><br>Aus aller Welt<br>Allergene/Zusatzstoffe              | <b>ITALIENISCH</b><br><b>Knoblauch – Garnelen</b><br>auf Spaghetti mit Pesto – Sahnesoße<br><br>Kalorien: 662*<br>1,3,4,4a,5,6,9   | <b>INDISCH</b><br><b>Chicken Makhani</b><br>Pikantes Hühnerfleisch in Butter-Tomatensauce und Reis<br><br>Kalorien: 601*<br>4,4a,6,9,10                                   | <b>GRIECHISCH</b><br><b>Akropolis Platte</b><br>Bifteki, Gyros und Hähnchensteak mit Tomatenreis<br>Beilage: Tzaziki<br>Kalorien: 839<br>1,6,9                      | <b>THAILÄNDISCH</b><br><b>Rindfleischstreifen</b><br>in roter Curry-Kokosmilchsoße mit Reis<br><br>Kalorien: 490*<br>4,4a  | <b>ITALIENISCH</b><br><b>Makkaroni all`Arrabiata</b><br>mit Hähnchenbruststreifen in feuriger Tomatensoße<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 geschwärzt<br>G mit Phosphat<br>H mit Süßungsmittel<br>I enth. Eine Phenylalaninquelle (Aspartam)<br>J gewachst   |  |
| <b>Salat</b><br><br>Für Kalorienbewusste<br>Allergene/Zusatzstoffe                     | <b>Salat „Thailändischer Art“</b><br>mit Rotkohl, Weißkohl, Möhren, Gurke, Ananas, Hähnchenstreifen und Eisberg, Curry-Dressing<br>kleines Brötchen<br><br>Kalorien: 492*<br>1,4,4a,6,10 | <b>Salatplatte „Nizza“</b><br>mit Eisberg, Oliven, Tomaten, Thunfisch,<br>Kräuter-Dressing<br>kleines Brötchen<br><br>Kalorien: 722*<br>1,3,4,4a,6,10                     | <b>Bunter Chefsalat</b><br>mit Eisberg, 2 1/2 Eiern, Käse- und Schinkenstreifen,<br>American-Dressing<br>kleines Brötchen<br><br>Kalorien: 589<br>1,4,4a,6,9,10,B,C | <b>Salat „Paradies“</b><br>mit Eisberg, Ananas, Gurke, Karotten, Tomaten, Nuggets,<br>Curry-Dressing<br>kleines Brötchen<br><br>Kalorien: 705*<br>1,4,4a,6,9,10                              | <b>Ostseesalat</b><br>mit Räucherlachs, 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>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>Süß-/Kaltspeisen-Menü</b><br><br>Süßes und Pikantes<br>Allergene/Zusatzstoffe       | <b>Magere Sülze</b><br>mit Remoulade und Kartoffelsalat "natur"<br><br>Kalorien: 630<br>1,6,10,A,B,C,D   | <b>Vanillemilchreis</b><br>mit Pfirsichkompott<br><br>Kalorien: 694*<br>6   | <b>Paniertes Schweineschnitzel</b><br>mit Gewürzgurke und buntem Kartoffelsalat<br><br>Kalorien: 660<br>1,4,4a,6,10   | <b>Kaiserschmarrn</b><br>mit Rosinen, Mandeln und Erdbeerkompott<br><br>Kalorien: 901*<br>1,4,4a,6,7,A   | <b>1 Paar Wiener Würstchen</b><br>mit Senf und Kartoffelsalat<br><br>Kalorien: 792<br>1,10,A,B,C,D,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 angeben.