

| SPEISEPLAN<br>Woche 32.                                                                    | MONTAG<br>04.08.2025                                                                                                                                                     | DIENSTAG<br>05.08.2025                                                                                                                                           | MITTWOCH<br>06.08.2025                                                                                                                                                       | DONNERSTAG<br>07.08.2025                                                                                                                                  | FREITAG<br>08.08.2025                                                                                                                             | SAMSTAG<br>09.08.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | SONNTAG<br>10.08.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Deftiger Eintopf<br/>Menü Gelb</b><br><br>Eintopfmenü<br>Allergene/Zusatzstoffe         | <b>Pichelsteiner Gemüseintopf</b><br>mit Fleischeinlage und Würstchen<br><br>Kalorien: 662<br>4,4a,9,A,B,C,D,G                                                           | <b>Spargelsuppentopf</b><br>mit Kartoffeleinlage und Fleischklößchen<br><br>Kalorien: 385<br>1,4,4a,6,9                                                          | <b>Hamburger Steckrübenmus</b><br>mit geräuchertem Speck und Kochwurst<br><br>Kalorien: 746<br>4,9,10,A,B,C                                                                  | <b>Kartoffelsuppe „Holsteiner Art“</b><br>mit Speckstippe und Bockwurst<br><br>Kalorien: 647<br>4,4a,6,9,B,C,G                                            | <b>Linseneintopf</b><br>mit frischem Gemüse, Schweinefleisch und Bockwurst<br><br>Kalorien: 804<br>4,4a,9,B,C,G                                   | <b>Frische Gemüsesuppe</b><br>mit Porree, Eierstich und Fleischklößchen<br><br>Kalorien: 328<br>1,4,4a,6,9                                                                                                                                                                                                                    | <b>Blumenkohleintopf</b><br>mit Kartoffeleinlage und Geflügelwürstchen<br><br>Kalorien: 518*<br>1,4,4a,6,9,B,C                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Tages-Menü<br/>Menü Rot</b><br><br>Schmackhafte Hausmannskost<br>Allergene/Zusatzstoffe | <b>Königsberger Klopse</b><br>mit Kapernsoße, gekochter Roter Bete und Kartoffeln<br><br>Kalorien 567<br>1,4,4a,6,9,H                                                    | <b>Paniertes Hähnchenschnitzel</b><br>mit pikanter Soße, Rosenkohl und Kartoffeln<br><br>Kalorien 387*<br>1,4,4a,4c,6,9,10                                       | <b>Rollbraten vom Spanferkel</b><br>auf Sauerkraut und Kartoffelspeckpüree<br><br>Kalorien: 725<br>4,4a,6,B,C                                                                | <b>Hamburger Seemannslabskaus</b><br>mit einem gekochten Ei<br>Beilage: Rollmops mit Gurkenstreifen<br><br>Kalorien: 550*<br>1,3,6,10,B,H                 | <b>Rinderhacksteak</b><br>mit Rahmsoße, Kaisergemüse in Rahm und Kartoffeln<br><br>Kalorien: 393*<br>1,4,4a,6,9,10,G                              | <b>Schweinehackbällchen</b><br>in Rahmsoße mit grünen Bohnen und Kartoffeln<br><br>Kalorien: 500<br>1,4,4a,6,9                                                                                                                                                                                                                | <b>Rote Paprikaschote</b><br>mit Mettfüllung, Tomatensoße und Gabelspaghetti<br><br>Kalorien: 777<br>1,4,4a,4b,4c,4d,4e,4f,6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Vegetarisch-Vital<br/>Menü Grün</b><br><br>Leicht & lecker<br>Allergene/Zusatzstoffe    | <b>3 gekochte Eier</b><br>in Senfsoße mit Kartoffelpüree<br>Beilage: Gurkensalat<br><br>Kalorien: 519 BE 3,3*<br>1,4,4a,6,9,10                                           | <b>Schwäbische Käsespätzle</b><br>mit Tomatensoße<br>Beilage: Weißkrautsalat in Rahm<br><br>Kalorien: 763 BE 6,5*<br>1,4,4a,6,10,C,H                             | <b>Kartoffel-Gemüseauflauf</b><br>mit Bechamelsoße und Käse überbacken<br><br>Kalorien 507 BE 4,2*<br>1,4,4a,6,9                                                             | <b>Broccoli-Nußrösti</b><br>mit Rahmspinat und Reis<br><br>Kalorien: 362 BE 5,3*<br>1,4,4a,4d,6,7,7b,9                                                    | <b>Bunte Gemüseplatte</b><br>mit Rührei und Zwiebelröstkartoffeln<br><br>Kalorien: 506 BE 3,9*<br>1,4,4a,6,9                                      | <b>Spaghetti</b><br>mit veganer Sojabolognese (Erbsenprotein)<br><br>Kalorien: 496 BE 7,1*<br>4,4a                                                                                                                                                                                                                            | <b>Pastinaken-Steckrüben Brätling</b><br>auf Schupfnudeln, Pariser Karotten und Petersilienhollandaise<br>Kalorien 409 BE 4,7*<br>1,4,4a,4d,6,9                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Diät-Menü<br/>Menü Blau</b><br><br>Auf diabetischer Basis<br>Allergene/Zusatzstoffe     | <b>Pikante Schweineroulade</b><br>in Rahmsoße mit Erbsen und kleinen Ofenkartoffeln<br><br>Kalorien: 561 BE 4,1<br>4,4a,6,9,10,C                                         | <b>Gebratenes Hokifischfilet</b><br>mit Petersiliensoße, Broccoli und Reis<br><br>Kalorien: 377 BE 3,8*<br>1,3,4,4a,6,9                                          | <b>Putenrollbraten</b><br>in Sahnesoße mit Bohnen und Salzkartoffeln<br><br>Kalorien 464 BE 2,7*<br>4,4a,6,9                                                                 | <b>Gebratene Geflügelleber</b><br>in Apfel-Zwiebel-Soße mit Kohlrabi und Kartoffeln<br><br>Kalorien: 474 BE 3,3*<br>4,4a,6                                | <b>Schweinebraten</b><br>in Kräutersoße mit Rotkohl und Eierknöpfle<br><br>Kalorien: 512 BE 4,2<br>1,4,4a,4e,6,9                                  | <b>Hähnchenschnitzel „natur“</b><br>mit Rahmsoße, Schwarzwurzeln in Rahm und Kartoffeln<br><br>Kalorien: 328 BE 3,3*<br>1,4,4a,6,9                                                                                                                                                                                            | <b>Zarte Ochsenbrust</b><br>mit Kräutersoße, Rosenkohl und Kartoffeln<br><br>Kalorien: 416 BE 2,6*<br>4,4a,6,9                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Hanseaten-Menü<br/>Menü Gold</b><br><br>Feinschmecker Menü<br>Allergene/Zusatzstoffe    | <b>Lachsfrikadelle</b><br>auf Butterreis mit Lauchcreme<br><br>Kalorien: 544*<br>1,3,4,4a,6,9                                                                            | <b>2 Schweinemedallions</b><br>in Rahmsoße mit Erbsen und Kartoffeln<br><br>Kalorien: 487<br>4,4a,6,9                                                            | <b>GOURMETMENÜ</b><br><b>Gebratene Entenkeule</b><br>in Orangensoße, mit gelben und roten Karotten und Kartoffeln<br><b>Aufpreis: EUR 3,50</b><br>Kalorien: 1089<br>4,4a,6,9 | <b>Rehulasch</b><br>in Preiselbeersöße, Rotkohl und Spätzle<br><br>Kalorien: 417*<br>1,4,4a,6,9,H                                                         | <b>Gebratenes Forellenfilet</b><br>in Rieslingsoße mit Blattspinat und Kartoffeln<br><br>Kalorien: 684*<br>1,3,4,4a,6,9                           | <b>Unsere Preise</b><br>Willkommensangebot: 5 Essen p.P. nur 30€<br>Jedes Essen nur 9,30€ (Gourmet +3,50€)<br>ab 11 Essen im Monat nur 9,10€<br>ab 26 Essen im Monat nur 8,90€<br>Lieferung außerhalb Kaltenkirchen + 0,30€<br>Rechnungszähler+1,00€                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>International-Menü</b><br><br>Aus aller Welt<br>Allergene/Zusatzstoffe                  | <b>Thailändisch</b><br><b>Hähnchenfiletstücke</b><br>in Zwiebel-Kokosmilchsoße und Reis<br><br>Kalorien: 485*<br>4,4a,6,10                                               | <b>INDONESISCH</b><br><b>Bami Goreng</b><br>pikantes Nudelgericht mit viel Gemüse und Hühnerfleisch<br><br>Kalorien: 477*<br>4,4a,9,10                           | <b>CHINESISCH</b><br><b>Rindfleisch mit Zwiebeln</b><br>in Sojasoße und Reis<br><br>Kalorien: 566*<br>4,4a,11,12,14,A,B,D                                                    | <b>KROATISCH</b><br><b>Pikante Cevapcici</b><br>in Paprika – Zwiebelsoße mit Balkangemüse und Tomatenreis<br><br>Kalorien: 619<br>4,4a,6,9,10             | <b>ITALIENISCH</b><br><b>Spaghetti „Carbonara“</b><br>mit Käse-Sahnesoße mit Speck- und Tomatenwürfeln<br><br>Kalorien: 781<br>1,4,4a,6,9,B,C     | <b>Legende der Zusatzstoffe</b><br>A mit Farbstoff<br>B mit Konservierungsmittel<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>*Essen ohne Schweinefleisch</b> | <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>Frühlingsalat</b><br>mit Eisberg, Möhrenraspeln, Cranberrys, Radicchio und Ziegenkäse<br>Honig-Senf Dressing<br>Kleines Brötchen<br>Kalorien: 567*<br>1,4,4a,6,10,C,E | <b>Mango-Mozzarella-Salat</b><br>mit Katenschinken, Eisberg, Ruccola und Cocktailtomaten<br>Kräuter-Dressing<br>Kleines Brötchen<br>Kalorien: 579<br>1,4,4a,6,10 | <b>Bunter Chefsalat</b><br>mit Eisberg, 2 1/2 Eiern, Käse- und Schinkenstreifen,<br><br>American-Dressing<br>kleines Brötchen<br>Kalorien: 589<br>1,4,4a,6,9,10,B,C          | <b>Caesars Salat</b><br>mit Römersalat, Croutons, Grana Padano und Hähnchenbrust<br>Caesars-Dressing<br>kleines Brötchen<br>Kalorien: 564*<br>1,4,4a,6,10 | <b>Jahreszeitensalat</b><br>Salate der Saison mit kleinen Frikadellen<br><br>Joghurt-Dressing<br>kleines Brötchen<br>Kalorien: 527<br>1,4,4a,6,10 | <b>Änderungen aus technischen Gründen vorbehalten</b>                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Süß-/Kaltspeisen-Menü</b><br><br>Süßes und Pikantes<br>Allergene/Zusatzstoffe           | <b>Sahnemilchreis</b><br>mit Apfelkompott<br><br>Kalorien: 651*<br>6                                                                                                     | <b>Frikadelle</b><br>mit Senf, Kraut- und Nudelsalat<br><br>Kalorien: 960<br>1,4,4a,9,10,C,H                                                                     | <b>Hausgemachter Quarkauflauf</b><br>mit Pflaumenkompott<br><br>Kalorien: 852*<br>1,6                                                                                        | <b>Paniertes Hähnchenschnitzel</b><br>mit buntem Kartoffelsalat<br><br>Kalorien: 663*<br>1,4,4a,4c,10                                                     | <b>3 Eierpfannkuchen</b><br>mit Kirschkompott<br><br>Kalorien: 557*<br>1,4,4a,6                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

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