

SPEISEPLAN Woche 39.	MONTAG 22.09.2025	DIENSTAG 23.09.2025	MITTWOCH 24.09.2025	DONNERSTAG 25.09.2025	FREITAG 26.09.2025	SAMSTAG 27.09.2025	SONNTAG 28.09.2025
Deftiger Eintopf Menü Gelb Eintopfmenü Allergene/Zusatzstoffe	Grüner Bohneneintopf mit Kasserelstreifen Kalorien: 336 4,4a,9,B,C	Hausgemachter Erbseneintopf mit Rauchfleisch und Würstchen Kalorien: 790 4,4a,9,A,B,C,D,G	Frischer Möhreineintopf mit Speckwürfeln und Würstchen Kalorien: 529 4,4a,9,A,B,C,D,G	Chili con Carne Mexikanischer Bohneneintopf mit Rinderhack und Reis Kalorien: 422* 4,4a,9	Linseneintopf mit frischem Gemüse, Schweinefleisch und Bockwürstchen Kalorien: 811 4,4a,9,A,B,C,D,G	Bunter Gemüse - Nudleintopf mit Hühnerfleisch Kalorien: 350* 4,4a,4b,4c,4d,4e,4f,9	Steckrübeneintopf mit geräuchertem Speck und Kochwurst Kalorien: 634 4,4a,9,10,A,B,C
Tages-Menü Menü Rot Schmackhafte Hausmannskost Allergene/Zusatzstoffe	Spanferkel auf Weißkohl mit Speck und Knödeln Kalorien: 856 4,4a,9,B,C	4 Fischstäbchen auf Kartoffelpüree mit gestobtem Rahmgemüse Kalorien: 560* 1,3,4,4a,6,9	Schweinerollbraten in roter Pfeffersoße mit Romanesco und Kartoffeln Kalorien: 458 4,4a,6,9	Feine Bratwurst mit Rahmsoße, grünen Bohnen und Kartoffeln Kalorien: 388 4,4a,6,9,10,B,C,D,G	Rindfleischfrikadelle mit Bratensoße, Rosenkohl und Kartoffeln Kalorien: 367* 1,4,4a,6,9,10,G	Burgunderbraten mit Rotweinsöße, Sauerkraut und Kartoffelspätzle Kalorien: 554 1,4,4a,6,8,9,B,C	Hähnchensteak „natur“ mit Geflügelrahmsoße, Blumenkohl und Kartoffeln Kalorien: 285* 4,4a,6,9
Vegetarisch-Vital Menü Grün Leicht & Lecker Allergene/Zusatzstoffe	Vierländer Gemüseplatte mit gestobtem Spargel und Kartoffelpüree Kalorien: 311 BE 3* 1,4,4a,6,9	Lange Spaghetti mit veganer Bolognaise (Erbsenprotein) und Grana Padano Kalorien: 544 BE 6,4* 1,4,4a,6	Tomatencremesuppe mit 2 Gemüse-maultaschen Kalorien: 453 BE 5,6* 1,4,4a,6,9	Vegetarische Paprikaschote mit Tomatensoße und Gemüsereis Kalorien: 577 BE 5,8* 1,4,4a,6,9,10	Kräuterrührei mit Blumenkohl in holländischer Soße und Salzkartoffeln Kalorien: 361 BE 3* 1,4,4a,6,9	Rote Beete Bratling mit Pesto-Sahnesoße und Spaghetti Kalorien: 634 BE 6,8* 1,4,4a,6,9	2 Kartoffeltaschen mit Frischkäse gefüllt und dazu Kaisergemüse in Rahm Kalorien: 407 BE 4* 1,4,4a,6,9
Diät-Menü Menü Blau Auf diabetischer Basis Allergene/Zusatzstoffe	Hühnerfrikassee mit Erbsen, Möhren und Reis Kalorien: 401 BE 4,5* 4,4a,6,9	Königsberger Klopse in Kapernsoße mit Salzkartoffeln Beilage: Rote Bete Kalorien: 611 BE 5,2 1,4,4a,6,9,H	Magerer Rinderbraten in Rahmsoße mit Blumenkohl und Kartoffeln Kalorien: 351 BE 2,6* 4,4a,6,9	Jungschweinrücken in Kräutersoße mit Rosenkohl und Kartoffeln Kalorien: 399 BE 2,6 4,4a,6,9	Gedünstetes Fischfilet in milder Senfsoße mit Pariser Karotten und Reis Kalorien: 441 BE 5* 3,4,4a,6,9,10	Mageres Rindergulasch in Rahmsoße mit Schwarzwurzeln und Kartoffeln Kalorien: 338 BE 3,5* 4,4a,6,9	Hausgemachter Hackbraten in Bearner Soße mit Rotkohl und Spätzle Kalorien: 456 BE 5,1 1,4,4a,6,9
Hanseaten-Menü Menü Gold Feinschmecker Menü Allergene/Zusatzstoffe	Hirschrollbraten mit Preiselbeersoße, Rotkohl und Kartoffeln Kalorien: 405* 4,4a,6,9,H	Holsteiner Rindergulasch mit Zwiebeln, Pilzen und Makkaroni Kalorien: 496* 4,4a,6	GOURMETMENÜ Fischplatte Schollenfilet, Lachsriegel, Garnelen in Honig-Dill-Senfsoße, Röstkartoffeln Beilage: Fruchtiger Chinakohlsalat Aufpreis: EUR 3,50 Kalorien: 860* 1,3,4,4a,5,6,9,10,C,E	Kalbsteiberragout in Zwiebelsoße mit Kartoffelpüree Beilage: Gurkensalat in Rahm Kalorien: 616* 1,4,4a,6,10	Pikante Schweineroulade in Rahmsoße mit Erbsen und Butterspätzle Kalorien: 512 1,4,4a,6,9,10,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€ Rechnungszähler+1,00€ *Essen ohne Schweinefleisch	
International-Menü Aus aller Welt Allergene/Zusatzstoffe	ITALIENISCH Bunte Tortellini mit Käsefüllung in roter Tomaten – Sahnesoße Beilage: Grüner Salat in Kräuter dressing Kalorien: 560* 1,4,4a,6,10	KROATISCH Cevapcici in Paprika – Zwiebelsoße mit Balkangemüse und Tomatenreis Kalorien: 619 4,4a,6,9,10	ITALIENISCH Spaghetti „Carbonara“ in Käse- Sahnesoße mit Speck- und Tomatenwürfeln Kalorien: 781 1,4,4a,6,9,B,C	CHINESISCH Rindfleisch mit Zwiebeln in Sojasoße und Reis Kalorien: 566* 4,4a,11,12,14,A,B,D	INDONESISCH Bami Goreng pikantes Nudelgericht mit viel Gemüse und Hühnerfleisch Kalorien: 477* 4,4a,9,10	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	Salatplatte „Nizza“ mit Oliven, Tomaten, Thunfisch und Eisbergsalat Kräuter-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 722* 1,3,4,4a,6,10	Salat mit Hähnchenbrust mit Eisberg, Karotten, Gurke und Sellerie French-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 456* 1,4,4a,6,9,10	Bunter Chefsalat mit Eisberg, 2 1/2 Eiern, Käse- und Schinkenstreifen American-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 589 1,4,4a,6,9,10,B,C	Salatplatte nach Frühlingsart mit Grillwürstchen Kräuter-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 477 1,4,4a,6,10,A,B,C,D,G	Salat Mexiko mit Eisberg, Mais, Paprika, Kidneybohnen und Putenstreifen, Curry-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 727* 1,4,4a,6,10,B,C,G		
Süß-/Kaltspeisen-Menü Süßes und Pikantes Allergene/Zusatzstoffe	Bratheringsfilet „süß-sauer“ mit Zwiebelringen und Kartoffelsalat Kalorien: 979* 1,3,9,10	Tiroler Apfelstrudel mit Vanillesoße Kalorien: 684* 1,4,4a,6	Prager Braten mit Nudel- und Waldorfsalat Kalorien: 754 1,4,4a,9,10,B,C,H	Schokoladenmilchreis mit Kirschkompott Kalorien: 732* 6	Köfta – 2 kleine Rindfleischfrikadellen mit Gemüse und Weichkäse gefüllt, auf Bulgursalat und Tzaziki Kalorien: 524* 1,4,4a,6	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.