

SPEISEPLAN Woche 46.	MONTAG 10.11.2025	DIENSTAG 11.11.2025	MITTWOCH 12.11.2025	DONNERSTAG 13.11.2025	FREITAG 14.11.2025	SAMSTAG 15.11.2025	SONNTAG 16.11.2025
Deftiger Eintopf Menü Gelb Eintopfmenü Allergene/Zusatzstoffe	Bunter Gemüseintopf mit Hühnerfleisch Kalorien: 321* 4,4a,9	Grüner Bohneneintopf mit Kartoffeleinlage und gewürfeltem Rindfleisch Kalorien: 293* 4,4a,9	Holsteiner Steckrübenmus mit geräuchertem Speck und Kochwurst Kalorien: 746 6,9,10,A,B,C	Kartoffelsuppe „Holsteiner Art“ mit Speckstippe und Würstchen Kalorien: 654 4,4a,6,9,A,B,C,D,G	Serbische Bohnensuppe mit Paprika, Tomaten und 2 Geflügelwienern Kalorien: 540* 4,4a,9,B,C	Blumenkohl-Broccoli-Eintopf mit Kartoffeleinlage und Würstchen Kalorien: 499 1,4,4a,6,9,A,B,C,D,G	Elsässer Spargeltopf mit Kartoffeleinlage, gekochtem Schinken und Fleischklößchen Kalorien: 360 1,4,4a,6,9,B,C
Tages-Menü Menü Rot Schmackhafte Hausmannskost Allergene/Zusatzstoffe	Deutsches Beefsteak vom Rind in Bratensoße, Leipziger Allerlei und Kartoffeln Kalorien 386* 1,4,4a,6,9,10,G	Nudelkäseauflauf mit Schinkenwürfeln Beilage: Tomatensalat Kalorien: 556 1,4,4a,6,9,B,C	Bayerische Leberkäse mit Speck-Zwiebelsoße, Weißkohl in Rahm und Kartoffeln Kalorien: 477 1,4,4a,6,9,B,C,D	Gebratene Putenleber mit Zwiebelsoße, Apfelkompott und Kartoffelpüree Kalorien: 566* 4,4a,6	Bratwurst mit gestobtem Blumenkohl und Kartoffeln Kalorien: 450 1,4,4a,6,9,10,B,C,D,G	Rindergeschnetzeltes „Stroganoff Art“ in Sauerrahm mit Gurke, Rote Bete, Zwiebeln und Spätzle Kalorien: 487* 1,4,4a,6,H	Truthahnkeulenbraten in Rosmarinsoße mit Rotkohl und Kartoffelklößen Kalorien: 783* 4,4a,6,9
Vegetarisch-Vital Menü Grün Leicht & lecker Allergene/Zusatzstoffe	5 Blumenkohl Falafel-Bällchen in Rahmsoße mit Rosenkohl und Kartoffelklößen mit Bröseln Kalorien: 666 BE 9,8* 4,4a,6,9,11	Vierländer Gemüseplatte mit gestobtem Spargel und Kartoffelpüree Kalorien: 331 BE 3,3* 1,4,4a,6,9	3 gekochte Eier in Senfsoße mit Fingermöhren und Kartoffeln Kalorien: 415 BE 3,4* 1,4,4a,6,9,10	Kohlroulade mit Gemüsesojafüllung Kräutersoße und Reis Kalorien: 487 BE 6,7* 1,4,4a,6,9,12	Mezzelune Spinachi mit Spinat gefüllte Teigtaschen und Tomaten- Frischkäsesoße Beilage: Grüner Salat mit Kräuterdressing Kalorien: 1033 BE 12,5* 1,4,4a,6,9,10	Herzhafte Sauerkrautgratin mit Käse überbacken dazu Kartoffelstreifen in Bechamelsauce Kalorien: 587 BE 3,3* 1,4,4a,6,9,C	Omelette mit Champignons in Sahne und Reis Kalorien: 531 BE 5,5* 1,4,4a,6,9,C
Diät-Menü Menü Blau Auf diabetischer Basis Allergene/Zusatzstoffe	3 Rostbratwürstchen „Nürnberger Art“ mit Sauerkraut und Kartoffelpüree Kalorien: 561 BE 3,2 4,4a,6,10,B,C,H	Putengeschnetzeltes mit Majoransauce, Rotkohl und Spätzle Kalorien: 402 BE 4,7* 1,4,4a,6,9	Hähnchenbrust „natur“ mit Champignonrahmsoße, Brechbohnen und Kräuterpüree Kalorien: 366 BE 2,2* 4,4a,6	Rinderbraten mit Rahmsoße, Blumenkohl und Eierknöpfe Kalorien: 444 BE 3,6* 1,4,4a,4e,6,9	Gebratener Seelachs nach „Helgoländer Art“ mit Tomaten, Zwiebeln, Garnelen und Reis Kalorien: 474 BE 5,7* 1,3,4,4a,5,6,9	Kalbshackbraten in Rahmsoße mit Romanesco-Rosen und Salzkartoffeln Kalorien: 270 BE 3,1* 1,4,4a,6,9	Milder Kasselerkamm in Bratensoße mit Fingermöhren und Kartoffeln Kalorien: 361 BE 3 4,4a,6,9,10,B,C
Hanseaten-Menü Menü Gold Feinschmecker Menü Allergene/Zusatzstoffe	Kalbsfriskasse mit Champignons, Erbsen und Reis Kalorien: 479 1,4,4a,6,9	Grünkohlplatte mit Kasseler, Kohlwurst und Röstkartoffeln Kalorien: 800 4,4a,6,9,10, A,B,C	GOURMETMENÜ 2 Schweinemedallions mit Pfifferlingsoße, gestobtem Spargel und Spätzle <u>Aufpreis: EUR 3,50</u> Kalorien: 615 1,4,4a,4c,6,9,12,B,C	Matjesfilets in Sauerrahm mit Zwiebeln und Äpfeln mit Speckbohnen und Kartoffeln Kalorien: 1041 1,3,6,10,B,C,D	2 gegrillte Hähnchensteaks in Jägersauce mit Speckwürfel, Buttermais und Kartoffelpüree Kalorien: 636 1,4,4a,6,9,10,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€ Rechnungszähler+1,00€ *Essen ohne Schweinefleisch	
International-Menü Aus aller Welt Allergene/Zusatzstoffe	ITALIENISCH Pikante Garnelen mit Spaghetti und Tomaten- Knoblauchsoße Kalorien: 499* 3,4,4a,5,6	CHINESISCH Rindfleisch „Szechuan Art“ mit bunten Gemüsestreifen, Zwiebeln, Sojasauce und Reis Kalorien: 481* 4,4a,10,12,A,B	ITALIENISCH Cannelloni mit Spinat- und Käsefüllung mit Tomatensoße und Grana Padano Kalorien: 663* 1,4,4a,6	GRIECHISCH Gefüllter Käsebifteki vom Rind in Knoblauchsoße mit Pfannengemüse und Röstkartoffeln Kalorien: 541* 1,4,4a,6,9,12	ITALIENISCH Makkaroni all' Arrabiata mit Hähnchenstreifen und feuriger Tomatensoße Kalorien: 504* 1,4,4a,6,7	Legende der Zusatzstoffe A mit Farbstoff B mit Konservierungsmittel 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 Chefalat mit Eisberg, 2 1/2 Eiern, Käse- und Schinkenstreifen American-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 589 1,4,4a,6,10,B,C	Ostseesalat mit Räucherlachs und Garnelen auf Eisberg, Tomate und Gurke Dill-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 400* 1,3,4,4a,5,6,10	Griechischer Bauernsalat mit kleinen Frikadellen und Hirtenkäse, Knoblauch-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 686 1,4,4a,6,10,C,H	Schweizer Käsesalat mit Eisberg, Ananas, Gurken, Radieschen Ananas-Dressing Kleines Brötchen Kalorien: 841* 1,4,4a,6,10	Salatplatte Nizza mit Oliven, Tomaten, Eisberg, Thunfisch, Kräuter-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 722* 1,3,4,4a,6,10	Änderungen aus technischen Gründen vorbehalten	
Süß-/Kaltspeisen- Menü Süßes und Pikantes Allergene/Zusatzstoffe	Hähnchenschnitzel mit Waldorf- und Nudelsalat Kalorien: 793* 1,4,4a,4c,9,10,H	Grießspeise mit heißen Kirschen Kalorien: 674* 4,4a,6	Hausgemachte Bratheringe „süß-sauer“ eingelegt mit buntem Kartoffelsalat Kalorien: 978* 1,3,9,10	3 American Pancakes mit Vanillesauce Kalorien: 845* 1,4,4a,6	Rinderfrikadelle mit Coleslaw, Kartoffelsalat „natur“ und Senf Kalorien: 616* 1,4,4a,6,9,10,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.