

SPEISEPLAN Woche 02.	MONTAG 05.01.2026	DIENSTAG 06.01.2026	MITTWOCH 07.01.2026	DONNERSTAG 08.01.2026	FREITAG 09.01.2026	SAMSTAG 10.01.2026	SONNTAG 11.01.2026
<b>Deftiger Eintopf Menü Gelb</b>  Eintopfmenü Allergene/Zusatzstoffe	<b>Pichelsteiner Gemüseintopf</b> mit Fleischeinlage und Würstchen  Kalorien: 662 4,4a,9,A,B,C,D,G	<b>Spargelsuppentopf</b> mit Kartoffeleinlage und Fleischklößchen  Kalorien: 385 1,4,4a,6,9	<b>Hamburger Steckrübenmus</b> mit geräuchertem Speck und Kochwurst  Kalorien: 746 4,9,10,A,B,C	<b>Kartoffelsuppe „Holsteiner Art“</b> mit Speckstippe und Bockwurst  Kalorien: 647 4,4a,6,9,B,C,G	<b>Linseneintopf</b> mit frischem Gemüse, Schweinefleisch und Bockwurst  Kalorien: 804 4,4a,9,B,C,G	<b>Frische Gemüsesuppe</b> mit Porree, Eierstich und Fleischklößchen  Kalorien: 328 1,4,4a,6,9	<b>Blumenkohleintopf</b> mit Kartoffeleinlage und Geflügelwürstchen  Kalorien: 518* 1,4,4a,6,9,B,C
<b>Tages-Menü Menü Rot</b>  Schmackhafte Hausmannskost Allergene/Zusatzstoffe	<b>Königsberger Klopse</b> mit Kapernsoße, gekochter Roter Bete und Kartoffeln  Kalorien 567 1,4,4a,6,9,H	<b>Paniertes Hähnchenschnitzel</b> mit pikanter Soße, Rosenkohl und Kartoffeln  Kalorien 387* 1,4,4a,4c,6,9,10	<b>Rollbraten vom Spanferkel</b> auf Sauerkraut und Kartoffelspeckpüree  Kalorien: 725 4,4a,6,B,C	<b>Hamburger Seemannslabskaus</b> mit einem gekochten Ei Beilage: Rollmops mit Gurkenstreifen  Kalorien: 550* 1,3,6,10,B,H	<b>Grünkohl</b> mit Kochwurst und Kartoffeln  Kalorien: 702 4,4a,6,9,10,A,B,C	<b>Schweinehackbällchen</b> in Rahmsoße mit grünen Bohnen und Kartoffeln  Kalorien: 500 1,4,4a,6,9	<b>Rote Paprikaschote</b> mit Mettfüllung, Tomatensoße und Gabelspaghetti  Kalorien: 777 1,4,4a,4b,4c,4d,4e,4f,6
<b>Vegetarisch-Vital Menü Grün</b>  Leicht & lecker Allergene/Zusatzstoffe	<b>3 gekochte Eier</b> in Senfsoße mit Kartoffelpüree Beilage: Gurkensalat  Kalorien: 519 BE 3,3* 1,4,4a,6,9,10	<b>Schwäbische Käsespätzle</b> mit Tomatensoße Beilage: Weißkrautsalat in Rahm  Kalorien: 763 BE 6,5* 1,4,4a,6,10,C,H	<b>Kartoffel-Gemüseauflauf</b> mit Bechamelsoße und Käse überbacken  Kalorien 507 BE 4,2* 1,4,4a,6,9	<b>Broccoli-Nußbrösti</b> mit Rahmspinat und Reis  Kalorien: 362 BE 5,3* 1,4,4a,4d,6,7,7b,9	<b>Bunte Gemüseplatte</b> mit Rührei und Zwiebelröstkartoffeln  Kalorien: 506 BE 3,9* 1,4,4a,6,9	<b>Spaghetti</b> mit veganer Sojabolognese (Erbsenprotein)  Kalorien: 496 BE 7,1* 4,4a	<b>Pastinaken-Steckrüben Brätling</b> auf Schupfnudeln, Pariser Karotten und Petersilienhollandaise Kalorien 409 BE 4,7* 1,4,4a,4d,6,9
<b>Diät-Menü Menü Blau</b>  Auf diabetischer Basis Allergene/Zusatzstoffe	<b>Pikante Schweineroulade</b> in Rahmsoße mit Erbsen und kleinen Ofenkartoffeln  Kalorien: 561 BE 4,1 4,4a,6,9,10,C	<b>Gebratenes Hokifischfilet</b> mit Petersiliensoße, Broccoli und Reis  Kalorien: 377 BE 3,8* 1,3,4,4a,6,9	<b>Putenrollbraten</b> in Sahnesoße mit Bohnen und Kartoffeln  Kalorien 464 BE 2,7* 4,4a,6,9	<b>Gebratene Geflügelleber</b> in Apfel-Zwiebel-Soße mit Kohlrabi und Kartoffeln  Kalorien: 474 BE 3,3* 4,4a,6	<b>Schweinebraten</b> in Kräutersoße mit Rotkohl und Eierknöpfle  Kalorien: 512 BE 4,2 1,4,4a,4e,6,9	<b>Hähnchenschnitzel „natur“</b> mit Rahmsoße, Schwarzwurzeln in Rahm und Kartoffeln  Kalorien: 328 BE 3,3* 1,4,4a,6,9	<b>Zarte Ochsenbrust</b> mit Kräutersoße, Rosenkohl und Kartoffeln  Kalorien: 416 BE 2,6* 4,4a,6,9
<b>Hanseaten-Menü Menü Gold</b>  Feinschmecker Menü Allergene/Zusatzstoffe	<b>Lachsfrikadelle</b> auf Butterreis mit Lauchcreme  Kalorien: 544* 1,3,4,4a,6,9	<b>Wirsingkohlroulade</b> mit Speckrahmsoße und Röstkartoffeln  Kalorien: 561 4,4a,6,9,10,B,C	<b>GOURMETMENÜ</b> <b>Gebratene Entenkeule</b> in Orangensoße, mit gelben und roten Karotten und Kroketten <b>Aufpreis: EUR 3,50</b> Kalorien: 1089 4,4a,6,9	<b>Rehulasch</b> in Preiselbeerssoße, Rotkohl und Spätzle  Kalorien: 417* 1,4,4a,6,9,H	<b>Gebratenes Forellenfilet</b> in Rieslingsoße mit Blattspinat und Kartoffeln  Kalorien: 684* 1,3,4,4a,6,9	<b>Unsere Preise</b> <b>Willkommensangebot: 5 Essen p.P. nur 30€</b> Jedes Essen <b>nur 9,30€</b> (Gourmet +3,50€) ab <b>11 Essen</b> im Monat <b>nur 9,10€</b> ab <b>26 Essen</b> im Monat <b>nur 8,90€</b> Lieferung außerhalb Kaltenkirchen + 0,30€ Rechnungszähler+1,00€ <b>*Essen ohne Schweinefleisch</b>	
<b>International-Menü</b>  Aus aller Welt Allergene/Zusatzstoffe	<b>THAILÄNDISCH</b> <b>Hähnchenfiletstücke</b> in Zwiebel-Kokosmilchsoße, mit Knoblauch und Reis  Kalorien: 485* 4,4a,6,10	<b>INDONESISCH</b> <b>Bami Goreng</b> pikantes Nudelgericht mit viel Gemüse und Hühnerfleisch  Kalorien: 477* 4,4a,9,10	<b>CHINESISCH</b> <b>Rindfleisch mit Zwiebeln</b> in Sojasoße und Reis  Kalorien: 566* 4,4a,11,12,14,A,B,D	<b>KROATISCH</b> <b>Pikante Cevapcici</b> in Paprika – Zwiebelsoße mit Balkangemüse und Tomatenreis  Kalorien: 657 4,4a,6,9,10	<b>ITALIENISCH</b> <b>Spaghetti „Carbonara“</b> mit Käse-Sahnesoße mit Speck- und Tomatenwürfeln  Kalorien: 781 1,4,4a,6,9,B,C	<b>Legende der Zusatzstoffe</b> 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  <b>Legende der Allergene</b> 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	
<b>Salat</b>  Für Kalorienbewusste Allergene/Zusatzstoffe	<b>Frühlingsalat</b> mit Eisberg, Möhrenraspeln, Cranberrys, Radicchio und Ziegenkäse Honig-Senf Dressing Kleines Brötchen Kalorien: 567* 4,4a,6,10,C,E	<b>Mango-Mozzarella-Salat</b> mit Katenschinken, Eisberg, Ruccola und Cocktailtomaten Kräuter-Dressing Kleines Brötchen Kalorien: 579 1,4,4a,6,10	<b>Bunter Chefsalat</b> mit Eisberg, 2 1/2 Eiern, Käse- und Schinkenstreifen,  American-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 589 1,4,4a,6,10,B,C	<b>Caesars Salat</b> mit Römersalat, Croutons, Grana Padano und Hähnchenbrust Caesars-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 564* 1,4,4a,6,10	<b>Jahreszeite Salat</b> Salate der Saison mit kleinen Frikadellen  Joghurt-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 527 1,4,4a,6,10		
<b>Süß-/Kaltspeisen-Menü</b>  Süßes und Pikanter Allergene/Zusatzstoffe	<b>Sahnemilchreis</b> mit Apfelkompott  Kalorien: 651* 6	<b>Frikadelle</b> mit Senf, Kraut- und Nudelsalat  Kalorien: 960 1,4,4a,9,10,C,H	<b>Hausgemachter Quarkauflauf</b> mit Pflaumenkompott  Kalorien: 852* 1,6	<b>Paniertes Hähnchenschnitzel</b> mit buntem Kartoffelsalat  Kalorien: 663* 1,4,4a,4c,10	<b>3 Eierpfannkuchen</b> mit Kirschkompott  Kalorien: 557* 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