

SPEISEPLAN Woche 13.	MONTAG 23.03.2026	DIENSTAG 24.03.2026	MITTWOCH 25.03.2026	DONNERSTAG 26.03.2026	FREITAG 27.03.2026	SAMSTAG 28.03.2026	SONNTAG 29.03.2026
Deftiger Eintopf Menü Gelb Eintopfmenü Allergene/Zusatzstoffe	Pichelsteiner Gemüseintopf mit Fleischeinlage und Würstchen Kalorien: 662 4,4a,9,A,B,C,D,G	Spargelsuppentopf mit Kartoffeleinlage und Fleischklößchen Kalorien: 385 1,4,4a,6,9	Hamburger Steckrübenmus mit geräuchertem Speck und Kochwurst Kalorien: 746 4,9,10,A,B,C	Kartoffelsuppe „Holsteiner Art“ mit Speckstippe und Bockwurst Kalorien: 647 4,4a,6,9,B,C,G	Linseneintopf mit frischem Gemüse, Schweinefleisch und Bockwurst Kalorien: 804 4,4a,9,B,C,G	Frische Gemüsesuppe mit Porree, Eierstich und Fleischklößchen Kalorien: 328 1,4,4a,6,9	Blumenkohleintopf mit Kartoffeleinlage und Geflügelwürstchen Kalorien: 518* 1,4,4a,6,9,B,C
Tages-Menü Menü Rot Schmackhafte Hausmannskost Allergene/Zusatzstoffe	Königsberger Klopse mit Kapernsoße, gekochter Roter Bete und Kartoffeln Kalorien 567 1,4,4a,6,9,H	Paniertes Hähnchenschnitzel mit pikanter Soße, Rosenkohl und Kartoffeln Kalorien 387* 1,4,4a,4c,6,9,10	Rollbraten vom Spanferkel auf Sauerkraut und Kartoffelspeckpüree Kalorien: 725 4,4a,6,B,C	Hamburger Seemannslabskaus mit einem gekochten Ei Beilage: Rollmops mit Gurkenstreifen Kalorien: 550* 1,3,6,10,B,H	Grünkohl mit Kochwurst und Kartoffeln Kalorien: 702 4,4a,6,9,10,A,B,C	Schweinehackbällchen in Rahmsoße mit grünen Bohnen und Kartoffeln Kalorien: 500 1,4,4a,6,9	Rote Paprikaschote mit Mettfüllung, Tomatensoße und Gabelspaghetti Kalorien: 777 1,4,4a,4b,4c,4d,4e,4f,6
Vegetarisch-Vital Menü Grün Leicht & lecker Allergene/Zusatzstoffe	3 gekochte Eier in Senfsoße mit Kartoffelpüree Beilage: Gurkensalat Kalorien: 519 BE 3,3* 1,4,4a,6,9,10	Schwäbische Käsespätzle mit Tomatensoße Beilage: Weißkrautsalat in Rahm Kalorien: 763 BE 6,5* 1,4,4a,6,10,C,H	Kartoffel-Gemüseauflauf mit Bechamelsoße und Käse überbacken Kalorien 507 BE 4,2* 1,4,4a,6,9	Broccoli-Nußbrösti mit Rahmspinat und Reis Kalorien: 362 BE 5,3* 1,4,4a,4d,6,7,7b,9	Bunte Gemüseplatte mit Rührei und Zwiebelröstkartoffeln Kalorien: 506 BE 3,9* 1,4,4a,6,9	Spaghetti mit veganer Sojabolognese (Erbsenprotein) Kalorien: 496 BE 7,1* 4,4a	Pastinaken-Steckrüben Brätling auf Schupfnudeln, Pariser Karotten und Petersilienhollandaise Kalorien 409 BE 4,7* 1,4,4a,4d,6,9
Diät-Menü Menü Blau Auf diabetischer Basis Allergene/Zusatzstoffe	Pikante Schweineroulade in Rahmsoße mit Erbsen und kleinen Ofenkartoffeln Kalorien: 584 BE 4,5 4,4a,6,9,10,C	Gebratenes Hokifischfilet mit Petersiliensoße, Broccoli und Reis Kalorien: 377 BE 3,8* 1,3,4,4a,6,9	Putenrollbraten in Sahnesoße mit Bohnen und Kartoffeln Kalorien 464 BE 2,7* 4,4a,6,9	Gebratene Geflügelleber in Apfel-Zwiebel-Soße mit Kohlrabi und Kartoffeln Kalorien: 474 BE 3,3* 4,4a,6	Schweinebraten in Kräutersoße mit Rotkohl und Eierknöpfle Kalorien: 512 BE 4,2 1,4,4a,4e,6,9	Hähnchenschnitzel „natur“ mit Rahmsoße, Schwarzwurzeln in Rahm und Kartoffeln Kalorien: 328 BE 3,3* 1,4,4a,6,9	Zarte Ochsenbrust mit Kräutersoße, Rosenkohl und Kartoffeln Kalorien: 416 BE 2,6* 4,4a,6,9
Hanseaten-Menü Menü Gold Feinschmecker Menü Allergene/Zusatzstoffe	Lachsfrikadelle auf Butterreis mit Lauchcreme Kalorien: 544* 1,3,4,4a,6,9	Wirsingkohlroulade mit Speckrahmsoße und Kartoffeln Kalorien: 457 4,4a,6,9,10,B,C	GOURMETMENÜ Gebratene Entenkeule in Orangensoße, mit gelben und roten Karotten und Kroketten Aufpreis: EUR 3,50 Kalorien: 1089* 4,4a,6,9	Rehulasch in Preiselbeerssoße, Rotkohl und Spätzle Kalorien: 417* 1,4,4a,6,9,H	Gebratenes Forellenfilet in Rieslingsoße mit Blattspinat und Kartoffeln Kalorien: 684* 1,3,4,4a,6,9	Unsere Preise Willkommensangebot: 5 Essen p.P. nur 39€ Jedes Essen nur 9,80€ (Gourmet +3,50€) ab 11 Essen im Monat nur 9,60€ ab 26 Essen im Monat nur 9,40€ Lieferung außerhalb Kaltenkirchen + 0,30€ Rechnungszähler+1,00€ *Essen ohne Schweinefleisch	
International-Menü Aus aller Welt Allergene/Zusatzstoffe	THAILÄNDISCH Hähnchenfiletstücke in Zwiebel-Kokosmilchsoße, mit Knoblauch und Reis Kalorien: 485* 4,4a,6,10	INDONESISCH Bami Goreng pikantes Nudelgericht mit viel Gemüse und Hühnerfleisch Kalorien: 477* 4,4a,9,10	CHINESISCH Rindfleisch mit Zwiebeln in Sojasoße und Reis Kalorien: 566* 4,4a,11,12,14,A,B,D	KROATISCH Pikante Cevapcici in Paprika – Zwiebelsoße mit Balkangemüse und Tomatenreis Kalorien: 657 4,4a,6,9,10	ITALIENISCH Spaghetti „Carbonara“ mit Käse-Sahnesoße mit Speck- und Tomatenwürfeln Kalorien: 781 1,4,4a,6,9,B,C	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 - Pekanuss 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	Frühlingsalat mit Eisberg, Möhrenraspeln, Cranberrys, Radicchio und Ziegenkäse Honig-Senf Dressing Kleines Brötchen Kalorien: 564* 1,4,4a,6,10,C,E	Mango-Mozzarella-Salat mit Katenschinken, Eisberg, Ruccola und Cocktailtomaten Kräuter-Dressing Kleines Brötchen Kalorien: 579 1,4,4a,6,10	Bunter Chefsalat mit Eisberg, 2 1/2 Eiern, Käse- und Schinkenstreifen, American-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 585 1,4,4a,6,10,B,C	Caesars Salat mit Römersalat, Croutons, Grana Padano und Hähnchenbrust Caesars-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 564* 1,4,4a,6,10	Jahreszeite Salat Salate der Saison mit kleinen Frikadellen Joghurt-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 527 1,4,4a,6,10		
Süß-/Kaltspeisen-Menü Süßes und Pikanter Allergene/Zusatzstoffe	Sahnemilchreis mit Apfelkompott Kalorien: 651* 6	Frikadelle mit Senf, Kraut- und Nudelsalat Kalorien: 960 1,4,4a,9,10,C,H	Hausgemachter Quarkauflauf mit Pflaumenkompott Kalorien: 852* 1,6	Paniertes Hähnchenschnitzel mit buntem Kartoffelsalat Kalorien: 663* 1,4,4a,4c,10	3 Eierpfannkuchen 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