

SPEISEPLAN Woche 40.	MONTAG 28.09.2026	DIENSTAG 29.09.2026	MITTWOCH 30.09.2026	DONNERSTAG 01.10.2026	FREITAG 02.10.2026	SAMSTAG 03.10.2026	SONNTAG 04.10.2026
Deftiger Eintopf Menü Gelb Eintopfmenü Allergene/Zusatzstoffe	Holsteiner Erbseneintopf mit Rauchfleisch und einer Bockwurst Kalorien: 784 4,4a,9,B,C,G	„Minestrone“ Italienische Tomatensuppe mit Nudeln, Tomaten und Fleischklößen Kalorien: 358 1,4,4a,6,9	Deftiger Schnittbohneintopf mit magerem Schweinefleisch Kalorien: 410 4,4a,9	Frühlingssuppentopf nach Hausfrauen Art mit Lauch, Zwiebeln, Karotten, Nudeln und Hühnerfleisch Kalorien: 372* 4,4a,9	Blumenkohleintopf mit Kartoffeleinlage und Geflügelwienern Kalorien: 518* 1,4,4a,6,9,B,C	Ungarisches Kesselgulasch mit Rindfleisch, Paprika, Gurke und Kartoffeleinlage Kalorien: 382* 4,4a,9	Kartoffelsuppe „Holsteiner Art“ mit Speckstippe und Würstchen Kalorien 654 4,4a,9,A,B,C,D,G
Tages-Menü Menü Rot Schmackhafte Hausmannskost Allergene/Zusatzstoffe	Falscher Hase mit Bratensoße, Apfelrotkohl und Kartoffeln Kalorien: 362 1,4,4a,6,9,10	Nackensteak „Jäger Art“ mit Pilzsoße, Blumenkohl und Kartoffeln Kalorien: 465 4,4a,6,B,C	Kohlroulade mit Speckrahmsoße und Kartoffelpüree Kalorien: 563 4,4a,6,9,B,C	Geflügel „Cordon Bleu“ in Rahmsoße mit Buttererbsen und Gnocchi Kalorien: 534* 1,4,4a,6,9,B,C,G	Grünkohl mit Kochwurst und Kartoffeln Kalorien: 702 4,4a,6,9,10,A,B,C	Lebergeschnetzeltes vom Rind mit Apfel-Zwiebelsoße und Kartoffelpüree Kalorien: 497* 4,4a,6	Truthahnrollbraten in Sahnesoße, Pariser Karotten und Kartoffeln Kalorien: 472* 4,4a,6,9
Vegetarisch-Vital Menü Grün Leicht & Lecker Allergene/Zusatzstoffe	Kürbisnudeln Makkaroni mit einer Hokkaidokürbissoße Beilage: Grüner Salat mit Kräuterdressing Kalorien: 636 BE 6,7* 1,4,4a,6,9,10	Eieromelette in holländischer Soße mit Erbsen und Kartoffelpüree Kalorien: 447 BE 3* 1,4,4a,6,9,C	Bolognese aus roten Linsen mit Spaghetti Kalorien: 442 BE 6,4* 4,4a,9	Pikantes Pilzgulasch mit Zwiebeln, Lauch und Reis Kalorien: 385 BE 6,4* 4,4a,6,9	Gerösteter Rosenkohl in Nusssoße und Käse gebacken mit Kartoffelpüree Kalorien: 727 BE 4,1* 4,4a,6,7,9	Gebackener Camembert in Knusperpanade auf Pfannengemüse mit Nudeln Kalorien: 606 BE 5,7* 1,4,4a,6,9	Vegetarische Bratwurst auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree Kalorien: 620 BE 4* 1,4,4a,6,C
Diät-Menü Menü Blau Auf diabetischer Basis Allergene/Zusatzstoffe	Hühnerffrikassee mit Champignon-Spargelsoße und Butterreis Kalorien: 486 BE 5,6* 1,4,4a,6,9	Gefüllte Schweineroulade mit Bratensoße, grünen Bohnen und Kartoffeln Kalorien: 394 BE 2,8 4,4a,6,9,10,C	Gebratenes Hähnchenbrustfilet in Rahmsoße mit Leipziger Allerlei und Kartoffeln Kalorien: 323 BE 3,2* 4,4a,6,9	Magerer Rinderbraten in Meerrettichsoße mit Romanesco und Kartoffeln Kalorien: 385 BE 2,9* 4,4a,6,9,10	Frisches Bratheringsfilet mit Petersiliensoße, Juliennegemüse und Kartoffeln Kalorien 455 BE 3* 1,3,4,4a,6,9	Thüringer Mettsteak in Rahmsoße mit Blumenkohl in Rahm und Kartoffeln Kalorien: 361 BE 3,4 1,4,4a,6,9,10	Hirschgulasch in Wacholderrahm mit Speckpilzen und Spätzle Kalorien: 472 BE 3,8 1,4,4a,6,9,B,C,H
Hanseaten-Menü Menü Gold Feinschmecker Menü Allergene/Zusatzstoffe	GOURMETMENÜ Wildschweinbraten in Backpflaumensoße mit Spitzkohl in Rahm und Semmelknödel <u>Aufpreis: EUR 3,50</u> Kalorien: 605 1,4,4a,6,9	Rehgulasch in Preiselbeerssoße mit Rotkohl und Spätzle Kalorien: 417* 1,4,4a,6,9,H	Gebratenes Hokifischfilet (Seehecht, MSC) mit Kräutersahnesoße, Möhren und Kartoffeln Kalorien: 348* 3,4,4a,6,9	1 Paar Münchner Weißwürste auf Sauerkraut mit Kartoffelspeckpüree Beilage: Süßer Senf Kalorien: 828 4,4a,6,10,B,C,G	Gebratene Hähnchenbrust mit Rahmsoße, Brokkoli und Spätzle Kalorien: 370* 1,4,4a,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	GRIECHISCH Fischroulade „Mykonos“ mit Rindfleischbällchen und Kräutersoße und Reis Kalorien: 494* 3,4,4a,6,9,10	AMERIKANISCH Louisiana/USA Makkaroni mit Rindfleischbällchen und Cajun-Kokossoße Beilage: Gurkensalat in Rahm Kalorien: 825* 1,4,4a,6,9,10	TÜRKISCH Kebab vom Rind und Kalb mit Tomatenreis Beilage: Tzatziki Kalorien: 803* 6,9	CHINESISCH Schweinefleisch „süß-sauer“ mit buntem Chinagemüse und Reis Kalorien: 542 9,10,12,A,B	ITALIENISCH Lasagne mit gemischtem Hack, Spinat, Tomatensoße und Grana Padano überbacken Kalorien: 830 1,4,4a,6	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 - 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	Bunter Chefsalat mit Käse, Schinkenstreifen und 2 1/2 Eiern American-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 585 1,4,4a,6,10,B,C	Sizilianischer Salat Paprika, Tomaten, Oliven, Zwiebeln, Hirtenkäse, Krautsalat, Geflügel-Mettwurst Knoblauch-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 699* 1,4,4a,6,10,A,B,C,H	Canarischer Salat mit Eisberg, Tomate, Gurke, Zwiebel, Thunfisch Kräuter-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 664* 1,3,4,4a,6,10	Salat „Paradies“ mit Eisberg, Ananas, Gurken, Karotten, Tomaten und Nuggets Curry-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 705* 1,4,4a,6,9,10	Mozzarella Salat mit Eisberg, Tomaten, Zwiebeln, Mozzarella Italian-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 521* 1,4,4a,6,10		
Süß-/Kaltspeisen-Menü Süßes und Pikantes Allergene/Zusatzstoffe	Magere Sülze mit Remoulade und Kartoffelsalat „natur“ Kalorien: 630 1,6,10,A,B,C,D	Hamburger Rote Grütze mit Vanillesoße Kalorien: 565* 6	Paniertes Schweineschnitzel mit Gewürzgurke und buntem Kartoffelsalat Kalorien: 660 1,4,4a,6,10	Milchreis mit Kirschkompott Kalorien: 698* 6	Geräucherte Putenbrust mit Ananas auf Waldorfsalat dazu Weißbrot und Butter Kalorien: 830* 1,4,4a,6,9,10,A,B,C,G	<i>Änderungen aus technischen Gründen vorbehalten</i>	

Die Auflistung der Allergene bezieht sich auf die 14 Hauptallergene 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