

SPEISEPLAN Woche 42.	MONTAG 12.10.2026	DIENSTAG 13.10.2026	MITTWOCH 14.10.2026	DONNERSTAG 15.10.2026	FREITAG 16.10.2026	SAMSTAG 17.10.2026	SONNTAG 18.10.2026
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 Möhreneintopf 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,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	Feine Bratwurst mit Rahmsoße, grünen Bohnen und Kartoffeln Kalorien: 434 4,4a,6,9,10,B,C,D,G	Schweinerollbraten in roter Pfeffersoße mit Romanesco und Kartoffeln Kalorien: 458 4,4a,6,9	Rindfleischfrikadelle mit Bratensoße, Rosenkohl und Kartoffeln Kalorien: 367* 1,4,4a,6,9,10,G	Burgunderbraten mit Rotweinssoße, Sauerkraut und Kartoffelspätzle Kalorien: 554 1,4,4a,6,8,9,B,C	Hähnchensteak „natur“ mit Geflügelrahmsoße, Blumenkohl und Kartoffeln Kalorien: 287* 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 vegetarischer Bolognese (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 Kartoffeln Kalorien: 364 BE 3* 1,4,4a,6,9	Rote Bete Bratling mit Pesto-Sahnesoße und Spaghetti Kalorien: 635 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: 402 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: 354 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	Hähnchenkeule mit Champignonrahmsoße, Rotkohl und Kartoffeln Kalorien: 624 BE 3,4* 4,4a,6	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 Preiselbeerssoße, 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 und Garnelen in einer körnigen Honig-Dill-Senf-Soße mit Röstkartoffeln Beilage: fruchtiger Chinakohlsalat Aufpreis: EUR 3,50 Kalorien: 867* 1,3,4,4a,5,6,9,10,C,E	Kalbisleberragout 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 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 Kaltengirchens + 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 Kräuterdressing Kalorien: 560* 1,4,4a,6,10	KROATISCH Cevapcici in Paprika – Zwiebelsoße mit Balkangemüse und Tomatenreis Kalorien: 657 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 - 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	Salatplatte „Nizza“ mit Oliven, Tomaten, Thunfisch und Eisbergsalat Kräuter-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 721* 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 Chesalet nach Frühlingsart mit Grillwürstchen Kräuter-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 585 1,4,4a,6,10,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, 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		

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.