

Speiseplan vom 13.10.-19.10.2025

|                          | Vollkost                                                                                                                                                        | Leichte Vollkost                                                                                                                                                        |
|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Montag<br>13.10.2025     | Jägerschnitzel mit Nudeln und Tomatensoße<br>[2.452kJ] [590kcal]<br>2)3)21)31)9)42)31.1)18)<br>Quarkdessert<br>[415kJ] [100kcal]<br>31)31.1)20)18)              | Süss-saure Eier mit Salzkartoffeln und Roter Beete<br>[2.608kJ] [624kcal]<br>14)31)21)31.1)18)<br>Quarkdessert<br>[415kJ] [100kcal]<br>31)31.1)20)18)                   |
| Dienstag<br>14.10.2025   | Eierflockensuppe<br>[489kJ] [117kcal]<br>1)4)31)21)31.1)14)20)<br>Milchreis mit Zimt und Zucker<br>[3.074kJ] [735kcal]<br>18)3)<br>Apfelmus<br>[204kJ] [49kcal] | Gebratenes Fischfilet mit Kartoffelbrei an Dillsoße mit Gemüse<br>[0kJ] [0kcal]<br>Apfelmus<br>[204kJ] [49kcal]                                                         |
| Mittwoch<br>15.10.2025   | Jägerkohl mit Salzkartoffeln<br>[1.651kJ] [397kcal]<br>14)18)31)31.1)31.2)31.4)31.6)1)<br>Obst<br>[569kJ] [136kcal]<br>18)                                      | Eieromelette mit Tomate und Mozzarella überbacken dazu Reis und Tomatensoße<br>[2.217kJ] [532kcal]<br>14)18)<br>Obst<br>[569kJ] [136kcal]<br>18)                        |
| Donnerstag<br>16.10.2025 | Kasselerbraten mit Sauerkraut und Klößen<br>[1.834kJ] [440kcal]<br>2)3)18)20)<br>Fruchtcocktail<br>[186kJ] [44kcal]<br>1)                                       | Bratkartoffeln mit Rührei und Salat<br>[2.094kJ] [498kcal]<br>18)31)14)17)22)31.1)31.2)<br>Fruchtcocktail<br>[186kJ] [44kcal]<br>1)                                     |
| Freitag<br>17.10.2025    | Marinierter Hering "Hausfrauen Art" mit Salzkartoffeln<br>[2.036kJ] [490kcal]<br>1)2)3)5)14)15)21)18)<br>Saft<br>[2.325kJ] [557kcal]<br>3)9)18)42)31)15)31.1)   | Gebratene Hähnchenbrust mit Kräutersoße und Nudeln<br>[351kJ] [84kcal]<br>9)3)20)17)<br>Saft<br>[2.325kJ] [557kcal]<br>3)9)18)42)31)15)31.1)                            |
| Samstag<br>18.10.2025    | Nudelsuppe mit Geflügelfleisch<br>[1.584kJ] [378kcal]<br>31)20)<br>Mandarinenquark<br>[477kJ] [114kcal]<br>18)                                                  | Rahmspinat, Salzkartoffeln und Rührei<br>[550kJ] [131kcal]<br>Mandarinenquark<br>[477kJ] [114kcal]<br>18)                                                               |
| Sonntag<br>19.10.2025    | Sauerbraten mit Rotkohl und Klößen<br>[2.489kJ] [597kcal]<br>3)20)<br>Grießpudding mit Waldbeeren<br>[812kJ] [194kcal]<br>31)31.1)18)                           | Putenragout mit Blumenkohlgemüse und Salzkartoffeln<br>[1.752kJ] [419kcal]<br>31)17)20)31.1)31.5)18)<br>Grießpudding mit Waldbeeren<br>[812kJ] [194kcal]<br>31)31.1)18) |

