

# Speiseplan vom 06.07.-12.07.2026

	Vollkost	Leichte Vollkost
Montag 06.07.2026	Königsberger Klopse in Kapernsoße mit Dampfkartoffeln und Möhrenrohkost [1.025kJ] [245kcal] Apfelcreme [412kJ] [98kcal] 3)1)18)	Rindergulasch mit Klößen und Blumenkohl [1.646kJ] [394kcal] 2)17)31)31.1)9)20)42)18) Apfelcreme [412kJ] [98kcal] 3)1)18)
Dienstag 07.07.2026	Schweinefrikadelle mit Bratkartoffeln und Letscho [1.924kJ] [458kcal] 3)1)31.1)18) Apfelsaft [17.972kJ] [4.295kcal] 3)1)14)31.1)18)	Eierragout mit Salzkartoffeln dazu ein Salat [1.800kJ] [431kcal] 3)1)14)20)31.1)31.2)18) Apfelsaft [17.972kJ] [4.295kcal] 3)1)14)31.1)18)
Mittwoch 08.07.2026	Schweineschnitzel mit Mischgemüse, Salzkartoffeln und Soße [3.477kJ] [833kcal] 3)1)31.1)17)20)31.5)18) Birnenkompott [361kJ] [86kcal]	Hähnchencurrypfanne mit Reis [1.804kJ] [432kcal] 3)1)31.1)18) Birnenkompott [361kJ] [86kcal]
Donnerstag 09.07.2026	Gebratene Hähnchenkeule mit Rotkohl und Salzkartoffeln [1.583kJ] [379kcal] 3)1)14)31.1)18) Fruchtjoghurt [481kJ] [114kcal] 18)	Spaghetti mit Gemüsebolognese und geriebenen Käse [1.462kJ] [350kcal] 3)1) Fruchtjoghurt [481kJ] [114kcal] 18)
Freitag 10.07.2026	Hackbällchen in Jägersoße mit Salzkartoffeln und Krautsalat [2.452kJ] [590kcal] 2)3)21)31)9)42)31.1)18) Pudding [263kJ] [63kcal] 18)	Paniertes Fischfilet auf Senfsoße mit Salzkartoffeln und Möhrengemüse [2.357kJ] [566kcal] 3)1)15)20)21)31.1)18) Pudding [263kJ] [63kcal] 18)
Samstag 11.07.2026	Linsensuppe mit Kasseler [1.941kJ] [463kcal] 2)3)20) Vanillejoghurt mit Früchten [358kJ] [86kcal] 18)	Gemüsesuppe mit Rindfleisch [9.552kJ] [2.283kcal] Vanillejoghurt mit Früchten [358kJ] [86kcal] 18)
Sonntag 12.07.2026	Kasselerbraten mit Sauerkraut und Klößen [2.039kJ] [489kcal] 2)3)18)20) Erdbeerkompott [141kJ] [34kcal]	Hähnchenschnitte "Diana" mit Gemüse und Salzkartoffeln [2.143kJ] [514kcal] 18) Erdbeerkompott [141kJ] [34kcal]

