

SPEISEPLAN	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
Woche 03.	14.01.2019	15.01.2019	16.01.2019	17.01.2019	18.01.2019	19.01.2019	20.01.2019
Deftiger Eintopf Menü Gelb Eintopfmenü Allergene/Zusatzstoffe	Steckrübeneintopf mit geräuchertem Speck und Kochwurst Kalorien: 595 4,9,10,A,B,C	Linseneintopf mit frischem Gemüse, Speckeinlage und Bockwurst Kalorien: 730 4,9,B,C,G	Kräftiger Bohnen-Möhreneintopf mit Rindfleisch gekocht und Kartoffeleinlage Kalorien: 291* 4,9	Bunter Gemüseeintopf mit Hühnerfleisch und Reiseinlage Kalorien: 319* 4,9	Mailänder Tomatensuppe mit Gemüse, Nudeln und Fleischbällchen Kalorien: 324 1,4,9	Kräftiger Weißkohleintopf mit Kartoffeleinlage und Kohlwurst Kalorien: 593 4,9,10,A,B,C	Deftiger Erbseneintopf mit frischem Gemüse und Würstchen Kalorien: 722 4,6,9,10,12,A,B,C,D,G
Tages-Menü Menü Rot Schmackhafte Hausmannskost Allergene/Zusatzstoffe	Kohlroulade mit Speckrahmsoße und Kartoffeln Kalorien: 531 4,6,9,B,C	Zartes Rindergulasch mit Buttermöhren und Nudeln Kalorien: 446* 4,6	Gebratene Hähnchenkeule mit Rahmsoße, gestobtem Kohlrabi und Salzkartoffeln Kalorien: 603* 1,4,6,9	Grünkohl mit Kochwurst und Kartoffeln Kalorien: 694 4,9,10,A,B,C	Holsteiner Kartoffelauflauf nach Bauernart mit Speck, und Ei Beilage: Gewürzgurke Kalorien: 875 1,6,10,B,C,H	Geflügelbratwurst in pikanter Soße mit Rosenkohl und Kartoffeln Kalorien: 477* 4,6,9,10,C	Bayrischer Leberkäse mit Speck-Zwiebelsoße, grüne Bohnen und Spätzle Kalorien: 531 1,4,6,B,C,D
Vegetarisch-Vital Menü Grün Leicht & lecker Allergene/Zusatzstoffe	Weißer Bandnudeln mit Tomaten-Käsesoße Beilage: Grüner Salat in Ananassoße Kalorien: 613 BE 6* 1,4,6,10	Frühlingsrolle „Gärtnerin Art“ auf buntem Gemüseris mit Apfel-Currysoße Kalorien: 500 BE 7,4* 4,6,9,10	Broccoli-Nußrösti mit Rahmspinat und Kartoffeln Kalorien: 338 BE 4,1* 1,4,6,7,9	Gelbe Paprikaschote mit Couscousfüllung, Tomatenragout und Reis Kalorien: 489 BE 5,8* 4,6	Vegetarische Bratwurst auf Sauerkraut und Sahnepüree Kalorien: 612 BE 3,6* 1,4,6,C	Gemüsefrikadelle mit Tomatensoße, Erbsen-Maisgemüse und Nudeln Kalorien: 687 BE 5,8* 4,6,9	2 Spinatklöße mit Spinat, Käse und Grünkernschrot mit Fingermöhren und Pilzcreme Kalorien: 490 BE 4,3* 1,4,6,9
Diät-Menü Menü Blau Auf diabetischer Basis Allergene/Zusatzstoffe	Magerer Rinderkeulenbraten in Bratensoße mit Blumenkohl und Kartoffelpüree Kalorien: 409 BE 2,1* 4,6,9,10	Hähnchenfilet in Sahnesoße mit Broccoli und Kartoffeln Kalorien: 319 BE 2,7* 4,6,9	1 Paar Wiener auf süß-saurem Schmorkohl und Kartoffelpüree Kalorien: 542 BE 3 4,6,9,10,12,A,B,C,D,G	Schweinebraten in Rosmarinsoße mit Rotkohl und Kartoffeln Kalorien: 413 BE 3,2 4,6,9	Seehechtfilet in Krebsrahmsoße mit Blattspinat und Reis Kalorien: 424 BE 3,9* 1,3,4,5,6,9	Schweineroulade mit Käse-Rucolafüllung, Bratensoße, Karotten (Rustical) und Kartoffeln Kalorien: 343 BE 3,3 4,6,9,10	Hausgemachter Kalbshackbraten in Rahmsoße mit Blumenkohl und Kartoffeln Kalorien: 277 BE 3,1* 1,4,6,9
Hanseaten-Menü Menü Gold Feinschmecker Menü Allergene/Zusatzstoffe	Paniertes Jägerschnitzel mit Soße, Leipziger Allerlei und Kartoffeln Kalorien: 442 1,4,6,B,C	Matjesfilets in Sauerrahm mit Zwiebeln, Äpfeln, Speckbohnen und Kartoffeln Kalorien: 1196 3,6,10,B,C,D,H	GOURMETMENÜ Kalbsgulasch aus der Keule mit frischen Champignons und Spätzle Beilage: Gurkensalat in Rahm Aufpreis: EUR 3,00 Kalorien: 771* 1,4,6	Schlesisches Himmelreich mit Kasseler in süßer Soße, Backobst und Kartoffelknödeln Kalorien: 769 4,6,8,9,B,C,E	Zarte Ochsenbrust in Meerrettichsoße mit Buttermöhren und Kartoffeln Kalorien: 419* 4,6,9,10	Neue Preise 2019 Jedes Essen nur 7,00€ (Gourmet +3,00€) ab 11 Essen im Monat nur 6,80€ ab 26 Essen im Monat nur 6,60€ Lieferung außerhalb Kaltenkirchen + 0,30€ Rechnungszähler + 1,00€	
International-Menü Aus aller Welt Allergene/Zusatzstoffe	INDISCH Chicken Makhani Pikantes Hühnerfleisch in Butter-Tomatensauce und Reis Kalorien: 596* 4,6,9,10,12	ITALIENISCH Knoblauch – Garnelen auf Spaghetti mit Pesto – Sahnesauce Kalorien: 649* 1,3,4,5,6,7,9	THAILÄNDISCH Rindfleischstreifen in roter Curry-Kokosmilchsoße mit Reis Kalorien: 476* 4	GRIECHISCH Akropolis Platte Bifteki, Gyros und Hähnchensteak mit Tomatenreis Beilage: Tzatziki Kalorien: 851 1,6,9,10,11,12	ITALIENISCH Makkaroni all' Arrabbiata mit Hähnchenbruststreifen in feuriger Tomatensoße Kalorien: 475* 1,4,6,7,12	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 - Pekannuss 7f - Paranuss 7g - Pistazie 7h - Macadamianuss 8 - Schwefeldioxid/Sulfite 9 - Sellerie 10 - Senf 11 - Sesam 12 - Soja (gen-tech-frei) 13 - Lupinen 14 - Weichtiere *Essen ohne Schweinefleisch Änderungen aus technischen Gründen vorbehalten	
Salat Für Kalorienbewusste Allergene/Zusatzstoffe	Bunter Chefsalat mit Eisberg, 2/2 Eiern, Käse- und Schinkenstreifen, American-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 468 1,4,6,C	Salatplatte „Nizza“ mit Eisberg, Oliven, Tomaten, Thunfisch, Kräuter-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 611* 3,4,6	Salatplatte mit Erbsen, Möhren, Sellerie, Bohnen und Gemüsesülze, Joghurt-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 427 4,6,9,C,H	Salat „Paradies“ mit Eisberg, Ananas, Gurke, Karotten, Tomaten, Nuggets, Curry-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 824* 1,4,6,10,11	Ostseesalat mit Räucherlachs, Garnelen auf Eisberg, Tomate und Gurke, Dill-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 422* 3,4,5,6,10		
Süß-/Kaltspeisen-Menü Süßes und Pikantes Allergene/Zusatzstoffe	Tiroler Apfelstrudel mit Vanillesoße Kalorien: 830* 1,4,6	2 Schinkenröllchen gefüllt mit Gemüsesalat in Kräutermayonnaise mit Kartoffelsalat „natur“ Kalorien: 1001 6,10,B,C,H	Milchreis mit Kirschkompott Kalorien: 627* 6	Geräucherter Putenbrustaufschnitt in Currymayonnaise mit herzhaftem Nudelsalat Kalorien: 990* 4,10,A,B,C,G,H	Grießflammerie mit Erdbeerkompott Kalorien: 569* 4,6		

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.