

SPEISEPLAN	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
Woche 04.	21.01.2019	22.01.2019	23.01.2019	24.01.2019	25.01.2019	26.01.2019	27.01.2019
Deftiger Eintopf Menü Gelb Eintopfmenü Allergene/Zusatzstoffe	Pichelsteiner Gemüseeintopf mit Fleischinlage und Würstchen Kalorien: 620 4,6,9,10,12,A,B,C,D,G	Holsteiner Steckerrübenmus mit geräuchertem Speck und Kochwurst Kalorien: 694 4,9,10,A,B,C	Spargelsuppentopf mit Kartoffeleinlage und Fleischklößchen Kalorien: 369 1,4,6,9	Kartoffelsuppe „Holsteiner Art“ mit Speckstippe und Bockwurst Kalorien: 602 4,9,B,C,G	Linseneintopf mit frischem Gemüse, Schweinefleisch und Bockwurst Kalorien: 730 4,9,B,C,G	Frische Gemüsesuppe mit Porree, Eierstich und Fleischklößchen Kalorien: 323 1,4,6,9	Blumenkohleintopf mit Kartoffeleinlage und 2 Geflügelwürstchen Kalorien: 453* 1,4,6,9,B
Tages-Menü Menü Rot Schmackhafte Hausmannskost Allergene/Zusatzstoffe	Königsberger Klopse mit Kapernsoße, gekochter Roter Bete und Kartoffeln Kalorien 553 1,4,6,9,10,H	Paniertes Hähnchenschnitzel mit pikanter Soße, Rosenkohl und Kartoffeln Kalorien 297* 1,4,6,9,10	Hamburgersambalabskaus mit einem gekochten Ei Beilage: Rollmops mit Gurkenstreifen Kalorien: 541* 1,3,6,9,10,B,H	Gebratenes Kasselerkotlett auf Sauerkraut und Speckpüree Kalorien: 609 4,6,B,C	Geschmorte Hähnchenkeule mit fruchtiger Currysoße, Erbsen und Reis Kalorien: 695* 4,6,9,10	Schweinehackbällchen in Rahmsoße mit grünen Bohnen und Kartoffeln Kalorien: 508 1,4,6,9,10	Rote Paprikaschote mit Mettfüllung, Tomatensoße und Butterreis Kalorien: 777 1,4,6
Vegetarisch-Vital Menü Grün Leicht & lecker Allergene/Zusatzstoffe	3 gekochte Eier in Senfsoße mit Kartoffeln Beilage: Gurkensalat Kalorien: 478 BE 4,2* 1,4,6,9,10	Schwäbische Käsespätzle mit Tomatensoße Beilage: Weißkrautsalat in Rahm Kalorien: 758 BE 6,8* 1,4,6,C,H	Kartoffel-Zwiebelgratin mit Kohlrabi, Karotten, Bohnen und Erbsen mit Käse überbacken Kalorien: 525 BE 4,2* 1,4,6,9	Frischer Blumenkohl in holländischer Soße mit Salzkartoffeln Kalorien: 270 BE 3,8* 1,4,6,9	Bunte Gemüseplatte mit Rührei und Zwiebelröstkartoffeln Kalorien: 663 BE 3,6* 1,4,6,9	Kräuterfrkadele aus BIO-Tofu* auf Zwiebelbratereis mit Tomatenragout Kalorien: 481 BE 6* 1,4,6,12	Kartoffel-Gemüseauflauf mit Bechamel und Käse überbacken Kalorien 546 BE 5* 1,4,6,9
Diät-Menü Menü Blau Auf diabetischer Basis Allergene/Zusatzstoffe	Pikante Schweineroulade in Rahmsoße mit Erbsen und kleinen Ofenkartoffeln Kalorien: 703 BE 4,1 4,6,9,10,C	Gebratenes Hokifischfilet mit Schnittlauchsoße, Broccoli und Reis Kalorien: 365 BE 3,5* 1,3,4,6,9	Putenrollbraten in Sahnesoße mit Bohnen und Salzkartoffeln Kalorien 464 BE 2,7* 4,6,9	Gebratene Geflügeleber in Apfel-Zwiebel-Soße mit Kohlrabi und Kartoffeln Kalorien: 464 BE 3,1* 4,6	Schweinebraten in Kräutersoße mit Rotkohl und Kartoffelpüree Kalorien: 458 BE 2,6 4,6,9	Hähnchenschnitzel „natur“ mit Rahmsoße, Schwarzwurzeln in Rahm und Kartoffeln Kalorien: 311 BE 2,8* 1,4,6,9	Zarte Ochsenbrust mit Kräutersoße, Rosenkohl und Kartoffeln Kalorien: 414 BE 2,6* 4,6,9
Hanseaten-Menü Menü Gold Feinschmecker Menü Allergene/Zusatzstoffe	Rehulasch in Preiselbeersoße mit Apfelrotkohl und Spätzle Kalorien: 410* 1,4,6,9,H	2 Schweinemedallions in Rahmsoße mit Erbsen und Kartoffeln Kalorien: 495 4,6,9	Grünkohlplatte mit Kasseler, Kohlwurst und Röstkartoffeln Kalorien: 980 4,9,10,A,B,C	GOURMETMENÜ Gebratene Entenbrust in Orangensoße mit Pariser Karotten und Kroketten <u>Aufpreis: EUR 3,00</u> Kalorien: 463* 4,6,9	Gebratenes Forellenfilet in Rieslingsoße mit Blattspinat und Kartoffeln Kalorien: 605* 1,3,4,6,9	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€ Rechnungszahler + 1,00€	
International-Menü Aus aller Welt Allergene/Zusatzstoffe	THAILÄNDISCH Hähnchenfiletstücke in Zwiebel-Kokosmilchsoße, Knoblauch und Reis Kalorien: 458* 4,6,10,12	CHINESISCH Rindfleisch mit Zwiebeln in Sojasoße und Reis Kalorien: 439* 4,10,11,12,14,A,B,D	INDONESISCH Bami Goreng pikantes Nudelgericht mit viel Gemüse und Hühnerfleisch Kalorien: 421* 4,9,10,12	KROATISCH Pikante Cevapcici in Paprika – Zwiebelsoße mit Balkangemüse und Tomatenreis Kalorien: 656 4,6,9,10	ITALIENISCH Spaghetti „Carbonara“ mit Käse-Sahnesoße mit Speck- und Tomatenwürfeln Kalorien: 762 1,4,6,9,B,C		
Salat Für Kalorienbewusste Allergene/Zusatzstoffe	Salatplatte „Marenko“ mit Eisberg, Bohnen, Möhren, Blumenkohl, Tomaten, Sellerie, Geflügelfleisch, Curry-Dressing Kleines Brötchen Kalorien: 610* 4,6,9,10,12,H	Caesars Salat mit Römersalat, Tomaten, Croutons, Parmesan, Hähnchenbrust, Caesars-Dressing Kleines Brötchen Kalorien: 544* 1,4,6,10,12	Bunter Chefsalat mit Eisberg, 2/2 Eiern, Käse- und Schinkenstreifen, American-Dressing Kleines Brötchen Kalorien: 629 1,4,6,C	Jägersalat mit Eisberg, Champignons, Gewürzgurke, Tomate, Zwiebeln, ger. Speck, Kräuter-Dressing Kleines Brötchen Kalorien: 506 4,6,10,B,C,D,G,H	Jahreszeitensalat Salate der Saison mit kleinen Frikadellen, Joghurt-Dressing Kleines Brötchen Kalorien: 608 1,4,6,10		
Süß-/Kaltspeisen-Menü Süßes und Pikantes Allergene/Zusatzstoffe	Magere Sülze mit Remoulade und Kartoffelsalat "natur" Kalorien: 567 6,10,A,B,C,D,H	Vanillemilchreis mit Pfirsichkompott Kalorien: 697* 6	Hausgemachte Frikadelle mit Senf und pikantem Nudelsalat Kalorien: 826 1,4,9,10,H	Kaiserschmarrn mit Rosinen, Mandeln und Erdbeerkompott Kalorien: 633* 1,4,6,7,A	1 Paar Wiener Würstchen mit Senf und Kartoffelsalat Kalorien: 782 6,9,10,12,A,B,C,D,G,H		

Legende der Zusatzstoffe	Legende der Allergene
A mit Farbstoff	1 - Ei
B mit Konservierungsstoff	2 - Erdnüsse
C mit Antioxidationsmittel	3 - Fisch
D mit Geschmacksverstärker	4 - Gluten
E geschwefelt	4a - Weizen
F geschwärzt	4b - Roggen
G mit Phosphat	4c - Gerste
H mit Süßungsmittel	4d - Hafer
I enth. Eine Phenylalaninquelle (Aspartam)	4e - Dinkmal
J gewachst	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

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