

SPEISEPLAN	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
Woche 05.	28.01.2019	29.01.2019	30.01.2019	31.01.2019	01.02.2019	02.02.2019	03.02.2019
Deftiger Eintopf Menü Gelb Eintopfmenü Allergene/Zusatzstoffe	Weißer Bohneneintopf mit Möhren, Kartoffeleinlage und Würstchen Kalorien: 714 4,6,9,10,12,A,B,C,D,G	Käse-Lauchsuppe mit Hackfleisch Kalorien: 585 1,4,6,9	Hühnersuppentopf „Hausfrauenart“ mit gewürfeltem Hühnerfleisch, Lauch, Zwiebeln und Karotten Kalorien: 320* 4,9	Deftiger Schnittbohneintopf mit magerem Rindfleisch Kalorien: 308* 4,9	Mecklenburger Steckrübeneintopf mit viel frischem Lauch, Kartoffeln und 2 Würstchen Kalorien: 510 4,6,9,10,12,A,B,C,D,G	Italienische Tomatensuppe mit Kabanossischeiben und Nudeln Kalorien: 408 4,9,B,C,D,H	Hausgemachter Erbseneintopf mit Rauchfleisch und Würstchen Kalorien: 722 4,6,9,10,12,A,B,C,D,G
Tages-Menü Menü Rot Schmackhafte Hausmannskost Allergene/Zusatzstoffe	Rheinischer Sauerbraten mit Rosinensoße, Backobst und Kartoffelklöße Kalorien: 791* 4,6,8,9,B,C,E	Bohnen, Birne und Speck mit Salzkartoffeln Kalorien: 467 1,4,6,9,10,B,C	Falscher Hase mit Bratensoße, Apfelrotkohl und Kartoffelpüree Kalorien: 411 1,4,6,9,10	Grünkohl mit Kochwurst und Kartoffeln Kalorien: 694 4,9,10,A,B,C	Frikadelle mit Rahmsoße, Kaisergemüse in Rahm und Kartoffeln Kalorien: 353 1,4,6,9,10	3 Rostbratwürstchen „Nürnberger Art“ auf Sauerkraut und Kartoffelpüree Kalorien: 549 4,6,10,B,C,H	Gestobter Wirsingkohl mit Kasseler und Kartoffeln Kalorien: 423 1,4,6,9,B,C
Vegetarisch- Vital Menü Grün Leicht & lecker Allergene/Zusatzstoffe	Makkaroniauflauf mit Käse überbacken Beilage: Tomatensalat Kalorien: 722 BE 7,4* 4,6,9	Apfel-Kokos-Curry-Creme aus Kartoffeln, Karotten, pürierten Zwiebeln und 4 Falafelbällchen Beilage: Blattsalat Kalorien: 546 BE 3* 4,6,9,10	Bolognese „Napoli“ aus Soja mit Spaghetti Beilage: Coleslaw Kalorien: 523 BE 7,1* 4,6,12	Frische Champignons in Sauce Béarnaise mit Grilltomate und Reis Kalorien: 376 BE 4,8* 1,4,6,9	Blumenkohl-Käse-Medaillon mit Rahmporree und Kartoffeln Kalorien: 320 BE 4,4* 1,4,6,9	Gemüsecroketten mit Lauchcreme und Reis* Kalorien: 473 BE: 7,4* 1,4,6,9	Kartoffelpuffer mit Paprika und Käse überbacken dazu buntes Gemüse in Rahm Kalorien: 465 BE 4,7* 1,4,6,9
Diät-Menü Menü Blau Auf diabetischer Basis Allergene/Zusatzstoffe	Feine Bratwurst mit pikanter Soße, Möhrchen und Kartoffeln Kalorien: 403 BE 2,9 4,6,9,10,B,C,D,G	Rindfleischbällchen in Soße mit Erbsen und Kartoffelpüree Kalorien: 527 BE 3,9* 4,6,9,10	Hähnchenbrust mit Pilzen á la Crémé, Brechbohnen und Kartoffeln Kalorien: 318 BE 2,6* 4,6,9	Königsberger Klopse in Kapernsoße mit gekochter Rote Bete und Salzkartoffeln Kalorien: 548 BE 4,4 1,4,6,9,10,H	Gedünsteter Seelachs mit Meerrettich-Dillsoße, Broccoli und Reis Kalorien: 399 BE 4,2* 3,4,6,9,10	Hähnchenkeule mit Champignonrahmsoße, Rotkohl und Kartoffeln Kalorien: 614 BE 3,2* 4,6	Zarter Rinderbraten mit Rahmsoße, Pariser Karotten und Spätzle Kalorien: 444 BE 4* 1,4,6,9
Hanseaten-Menü Menü Gold Feinschmecker Menü Allergene/Zusatzstoffe	Kasseler und Kochwurst auf Sauerkraut mit Erbs- und Kartoffelpüree Kalorien: 707 4,6,9,10,A,B,C	GOURMETMENÜ Norwegisches Lachsfilet in Rieslingsoße mit Blattspinat und Butterreis Aufpreis: EUR 3,00 Kalorien: 513* 1,3,4,6,9	Holsteiner Rinderkeule mit Kräutersoße, Rahmporree und Salzkartoffeln Kalorien: 430* 1,4,6,9	Geflügel „Cordon Bleu“ in Rahmsoße mit Blumenkohl und Kartoffeln Kalorien: 338* 1,4,6,9,B,C,G	Hausgemachte Rinderroulade gefüllt mit Speck, Zwiebeln und Gurke, dazu Rosenkohl und Kartoffeln Kalorien: 368 4,6,9,10,B,D,G,H	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	ITALIENISCH Bunte Tortellini mit Käsefüllung und Pesto-Sahneseoße Kalorien: 560* 1,4,6,7,9	THAILÄNDISCH Hähnchenfleisch in Tomaten-Kokossoße und Reis Kalorien: 442* 1,4,6,7,10,12	TÜRKISCH Lammgulasch „orientalisch“ mit Zwiebeln, Tomaten Knoblauch und Butterreis Kalorien: 436* 4	ITALIENISCH Lasagne mit gemischtem Hack, Spinat, Tomatensoße und Parmesan überbacken Kalorien: 802 1,4,6	CHINESISCH 2 Hähnchenbrustspieße auf Reis mit roter Currysoße Kalorien: 455* 4,12		
Salat Für Kalorienbewusste Allergene/Zusatzstoffe	Canarischer Salat mit Eisberg, Tomate, Gurke, Zwiebeln und Thunfisch Kräuter-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 782* 3,4,6	Salat Mexiko mit Eisberg, Paprika, Mais, Kidney Bohnen und Putenstreifen Curry-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 618* 4,6,10,11,B,C,G	Italienischer Salat mit Eisberg, Ruccola, Tomaten, Basilikum und Mozzarella Pesto-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 514* 1,4,6,7	Bunter Chesalet mit Eisberg, 2/2 Eiern, Käse- und Schinkenstreifen, American-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 641 1,4,6,10,12,C	Caesars Salat mit Römersalat, Croupons, geriebenem Parmesan, Hähnchenbruststreifen Caesars-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 613* 1,4,6,10,12	Legende der Zusatzstoffe A mit Farbstoff B mit Konservierungsstoff C mit Antioxidationsmittel D mit Geschmacksverstärker E geschwefelt F geschwärtzt 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	
Süß-/Kaltspeisen-Menü Süßes und Pikantes Allergene/Zusatzstoffe	Sahnemilchreis mit Apfelkompott Kalorien: 590* 6	Frikadelle mit Senf, Kraut- und Nudelsalat Kalorien: 888 1,4,9,10,C,H	Hausgemachter Quarkauflauf mit Pflaumenkompott Kalorien: 836* 1,6	Hausgemachte Bratheringe süß-sauer eingelegt mit buntem Kartoffelsalat Kalorien: 970* 3,9,10,H	3 Eierpfannkuchen mit Kirschkompott Kalorien: 526* 1,4,6		

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.