

SPEISEPLAN	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG																																																								
Woche 36.	02.09.2019	03.09.2019	04.09.2019	05.09.2019	06.09.2019	07.09.2019	08.09.2019																																																								
<b>Deftiger Eintopf Menü Gelb</b>  Eintopfmnü Allergene/Zusatzstoffe	<b>Steckrübeneintopf</b> mit geräuchertem Speck und Kochwurst  Kalorien: 595 4,4a,9,10,A,B,C	<b>Linseneintopf</b> mit frischem Gemüse, Schweinefleisch und Bockwurst  Kalorien: 730 4,4a,9,B,C,G	<b>Kräftiger Bohnen-Möhreneintopf</b> mit Rindfleisch gekocht und Kartoffelwürfeln  Kalorien: 291* 4,4a,9	<b>Bunter Gemüseeintopf</b> mit Hühnerfleisch und Reiselinlage  Kalorien: 319* 4,4a,9	<b>Mailänder Tomatensuppe</b> mit Gemüse, Nudeln und Fleischbällchen  Kalorien: 324 1,4,4a,9	<b>Kräftiger Weißkohleintopf</b> mit Kartoffeleinlage und Kohlwurst  Kalorien: 593 4,4a,9,10,A,B,C	<b>Deftiger Erbseneintopf</b> mit frischem Gemüse und Würstchen  Kalorien: 722 4,4a,6,9,10,12,A,B,C,D,G																																																								
<b>Tages-Menü Menü Rot</b>  Schmackhafte Hausmannskost Allergene/Zusatzstoffe	<b>Kohlroulade</b> mit Speckrahmsoße und Kartoffeln  Kalorien: 531 4,4a,6,9,B,C	<b>Zartes Rindergulasch</b> mit Buttermöhren und Nudeln  Kalorien: 446* 4,4a,6	<b>Gebratene Hähnchenkeule</b> mit Rahmsoße, gestobtem Kohlrabi und Salzkartoffeln  Kalorien: 603* 1,4,4a,6,9	<b>Paniertes Hähnchenschnitzel „Primavera“</b> auf Spaghetti mit Tomatensoße  Kalorien: 505* 1,4,4a,6,9	<b>Holsteiner Kartoffelauflauf</b> nach Bauernart mit Speck, und Ei Beilage: Gewürzgurke  Kalorien: 875 1,6,10,B,C	<b>Geflügelbratwurst</b> in pikanter Soße mit Rosenkohl und Kartoffeln  Kalorien: 477* 4,4a,6,9,10,C	<b>Bayrischer Leberkäse</b> mit Speck-Zwiebelsoße, grüne Bohnen und Spätzle  Kalorien: 531 1,4,4a,6,B,C,D																																																								
<b>Vegetarisch-Vital Menü Grün</b>  Leicht & lecker Allergene/Zusatzstoffe	<b>Weißer Bandnudeln</b> mit Tomaten-Käsesoße Beilage: Grüner Salat in Ananassoße  Kalorien: 613 BE 6* 1,4,4a,6,10	<b>„Crunchy veggi Burger“ - Gemüseburger mit Zwiebeln, Karotten, Spinat</b> auf buntem Reisbett mit Apfel-Currysoße Kalorien: 633 BE 8,7* 1,4,4a,4c,4d,6,9,10,A	<b>Broccoli-Nußrösti</b> mit Rahmspinat und Kartoffeln  Kalorien: 338 BE 4,1* 1,4,4a,6,7,7b,9	<b>Gelbe Paprikaschote</b> mit Couscousfüllung, Tomatenragout und Reis  Kalorien: 489 BE 5,7* 4,4a,6	<b>Vegetarische Bratwurst</b> auf Sauerkraut und Sahnepüree  Kalorien: 612 BE 3,6* 1,4,4a,6	<b>Gemüsefrikadelle</b> mit Tomatensoße, Erbsen-Maisgemüse und Nudeln  Kalorien: 687 BE 5,8* 4,4a,6,9	<b>2 Spinatklöße</b> mit Spinat, Käse und Grünkeinschrot mit Fingermöhren und Pilzcreme Kalorien: 490 BE 4,3* 1,4,4a,6,9																																																								
<b>Diät-Menü Menü Blau</b>  Auf diabetischer Basis Allergene/Zusatzstoffe	<b>Magerer Rinderkeulenbraten</b> in Bratensoße mit Blumenkohl und Kartoffelpüree  Kalorien: 409 BE 2,1* 4,4a,6,9,10	<b>Hähnchenfilet</b> in Sahnesoße mit Broccoli und Kartoffeln  Kalorien: 319 BE 2,7* 4,4a,6,9	<b>1 Paar Wiener</b> auf süß-saurem Schmorkohl und Kartoffelpüree  Kalorien: 542 BE 3 4,4a,6,9,10,12,A,B,C,D,G	<b>Schweinebraten</b> in Rosmarinsoße mit Rotkohl und Kartoffeln  Kalorien: 413 BE 3,2 4,4a,6,9	<b>Seehechtfilet</b> in Krebsrahmsoße mit Blattspinat und Reis  Kalorien: 424 BE 3,9* 1,3,4,4a,5,6,9	<b>Kasselerknack</b> mit Bratensoße, Karotten Rustical und Kartoffeln  Kalorien: 373 BE 3,1 4,4a,6,9,10,B,C	<b>Hausgemachter Kalbshackbraten</b> in Rahmsoße mit Blumenkohl und Kartoffeln  Kalorien: 277 BE 3,1* 1,4,4a,6,9																																																								
<b>Hanseaten-Menü Menü Gold</b>  Feinschmecker Menü Allergene/Zusatzstoffe	<b>Paniertes Jägerschnitzel</b> mit Specksoße, Leipziger Allerlei und Kartoffeln  Kalorien: 442 1,4,4a,6,B,C	<b>Matjesfilets in Sauerrahm</b> mit Zwiebeln, Äpfeln, Speckbohnen und Kartoffeln  Kalorien: 1196 3,6,10,B,C	<b>GOURMETMENÜ</b> <b>Kalbsgulasch aus der Keule</b> mit frischen Champignons und Spätzle Beilage: Gurkensalat in Rahm <b>Aufpreis: EUR 3,00</b> Kalorien: 771* 1,4,4a,6	<b>Schlesisches Himmelreich</b> mit Kasseler in süßer Soße, Backobst und Kartoffelknödeln  Kalorien: 769 4,4a,6,8,9,B,C,E	<b>Zarte Ochsenbrust</b> in Meerrettichsoße mit Buttermöhren und Kartoffeln  Kalorien: 419* 4,4a,6,9,10	<b>Unsere Preise</b> <b>Willkommensangebot: 5 Essen p.P. nur 30€</b> <b>Jedes Essen nur 7,00€ (Gourmet +3,00€)</b> <b>ab 11 Essen im Monat nur 6,80€</b> <b>ab 26 Essen im Monat nur 6,60€</b> Lieferung außerhalb Kaltenkirchen + 0,30€ Rechnungszahler + 1,00€																																																									
<b>International-Menü</b>  Aus aller Welt Allergene/Zusatzstoffe	<b>INDISCH</b>	<b>ITALIENISCH</b>	<b>THAILÄNDISCH</b>	<b>GRIECHISCH</b>	<b>ITALIENISCH</b>	<table border="0"> <tr> <td><b>Legende der Zusatzstoffe</b></td> <td><b>Legende der Allergene</b></td> </tr> <tr> <td>A mit Farbstoff</td> <td>1 - Ei</td> </tr> <tr> <td>B mit Konservierungsstoff</td> <td>2 - Erdnüsse</td> </tr> <tr> <td>C mit Antioxidationsmittel</td> <td>3 - Fisch</td> </tr> <tr> <td>D mit Geschmacksverstärker</td> <td>4 - Gluten</td> </tr> <tr> <td>E geschwefelt</td> <td>4a - Weizen</td> </tr> <tr> <td>F geschwärzt</td> <td>4b - Roggen</td> </tr> <tr> <td>G mit Phosphat</td> <td>4c - Gerste</td> </tr> <tr> <td>H mit Süßungsmittel</td> <td>4d - Hafer</td> </tr> <tr> <td>I enth. Eine Phenylalaninquelle (Aspartam)</td> <td>4e - Dinkel</td> </tr> <tr> <td>J gewachst</td> <td>4f - Kamut</td> </tr> <tr> <td></td> <td>5 - Krebstiere</td> </tr> <tr> <td></td> <td>6 - Milch einschl. Laktose</td> </tr> <tr> <td></td> <td>7 - Schalenfrüchte</td> </tr> <tr> <td></td> <td>7a - Mandeln</td> </tr> <tr> <td></td> <td>7b - Haselnuss</td> </tr> <tr> <td></td> <td>7c - Walnuss</td> </tr> <tr> <td></td> <td>7d - Cashewnuss</td> </tr> <tr> <td></td> <td>7e - Pekannuss</td> </tr> <tr> <td></td> <td>7f - Paranuss</td> </tr> <tr> <td></td> <td>7g - Pistazie</td> </tr> <tr> <td></td> <td>7h - Macadamianuss</td> </tr> <tr> <td></td> <td>8 - Schwefeldioxid/Sulfite</td> </tr> <tr> <td></td> <td>9 - Sellerie</td> </tr> <tr> <td></td> <td>10 - Senf</td> </tr> <tr> <td></td> <td>11 - Sesam 12 - Soja (gen-tech-frei)</td> </tr> <tr> <td></td> <td>13 - Lupinen</td> </tr> <tr> <td></td> <td>14 - Weichtiere</td> </tr> </table>		<b>Legende der Zusatzstoffe</b>	<b>Legende der Allergene</b>	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 - Dinkel	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
<b>Legende der Zusatzstoffe</b>	<b>Legende der Allergene</b>																																																														
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 - Dinkel																																																														
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																																																														
<b>Salat</b>  Für Kalorienbewusste Allergene/Zusatzstoffe	<b>Chicken Makhani</b> Pikantes Hühnerfleisch in Butter-Tomatensoße und Reis  Kalorien: 596* 4,4a,6,9,10,12	<b>Knoblauch – Garnelen</b> auf Spaghetti mit Pesto – Sahnesoße  Kalorien: 649* 1,3,4,4a,5,6,7,9	<b>Rindfleischstreifen</b> in roter Curry-Kokosmilchsoße mit Reis  Kalorien: 476* 4,4a	<b>Akropolis Platte</b> Bifteki, Gyros und Hähnchensteak mit Tomatenreis Beilage: Tzaziki Kalorien: 851 1,6	<b>Makkaroni all'Arrabbiata</b> mit Hähnchenbruststreifen in feuriger Tomatensoße  Kalorien: 475* 1,4,4a,6,7,12	*Essen ohne Schweinefleisch  Änderungen aus technischen Gründen vorbehalten																																																									
<b>Salat</b>  Für Kalorienbewusste Allergene/Zusatzstoffe	<b>Bunter Chopsalat</b> mit Eisberg, 2/2 Eiern, Käse- und Schinkenstreifen,  American-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 688 1,4,4a,4b,4c,4d,6,C	<b>Salatplatte „Nizza“</b> mit Eisberg, Oliven, Tomaten, Thunfisch,  Kräuter-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 822* 3,4,4a,4b,4c,6	<b>Salatplatte</b> mit Erbsen, Möhren, Sellerie, Bohnen und Gemüsesülze, Joghurt-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 429 4,4a,6,9,C,H	<b>Salat „Paradies“</b> mit Eisberg, Ananas, Gurke, Karotten, Tomaten, Nuggets,  Curry-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 824* 1,4,4a,4b,6,9,10,11	<b>Ostseesalat</b> mit Räucherlachs, Garnelen auf Eisberg, Tomate und Gurke,  Dill-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 460* 3,4,4a,4b,4c,5,6,10																																																										
<b>Süß-/Kaltspeisen-Menü</b>  Süßes und Pikantes Allergene/Zusatzstoffe	<b>Tiroler Apfelstrudel</b> mit Vanillesoße  Kalorien: 830* 4,4a,6	<b>2 Hähnchenspieße</b> auf Couscous-Salat mit Joghurt-Minz-Dip  Kalorien: 720* 4,4a,6,9,12	<b>Milchreis</b> mit Kirschkompott  Kalorien: 627* 6	<b>Geräucherter Putenbrustaufschnitt</b> in Currymayonnaise mit herzhaftem Nudelsalat  Kalorien: 990* 4,4a,10,A,B,C,G,H	<b>2 Schokoladen Germknödel</b> mit Vanillesoße  Kalorien: 566* 4,4a,6,7,7a,12																																																										

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.