

SPEISEPLAN	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
Woche 37.	09.09.2019	10.09.2019	11.09.2019	12.09.2019	13.09.2019	14.09.2019	15.09.2019
Deftiger Eintopf Menü Gelb Eintopfmenü Allergene/Zusatzstoffe	Pichelsteiner Gemüseeintopf mit Fleischinlage und Würstchen Kalorien: 620 4,4a,6,9,10,12,A,B,C,D,G	Holsteiner Steckrübenmus mit geräuchertem Speck und Kochwurst Kalorien: 694 4,4a,9,10,A,B,C	Spargelsuppentopf mit Kartoffeleinlage und Fleischklößchen Kalorien: 369 1,4,4a,6,9	Kartoffelsuppe „Holsteiner Art“ mit Specktippe und Bockwurst Kalorien: 602 4,4a,9,B,C,G	Linseneintopf mit frischem Gemüse, Schweinefleisch und Bockwurst Kalorien: 730 4,4a,9,B,C,G	Frische Gemüsesuppe mit Porree, Eierstich und Fleischklößchen Kalorien: 323 1,4,4a,6,9	Blumenkohleintopf mit Kartoffeleinlage und Geflügelwürstchen Kalorien: 453* 1,4,4a,6,9,B
Tages-Menü Menü Rot Schmackhafte Hausmannskost Allergene/Zusatzstoffe	Königsberger Klopse mit Kapernsoße, gekochter Roter Bete und Kartoffeln Kalorien 553 1,4,4a,6,9,H	Paniertes Hähnchenschnitzel mit pikanter Soße, Rosenkohl und Kartoffeln Kalorien 297* 1,4,4a,6,9,10	Hamburger Saubrennskaus 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 4,4a,6,B,C	Geschmorter Hähnchenkeule mit fruchtiger Currysoße, Erbsen und Reis Kalorien: 695* 4,4a,6,9,10	Schweinehackbällchen in Rahmsoße mit grünen Bohnen und Kartoffeln Kalorien: 508 4,4a,6,9	Rote Paprikaschote mit Mettfüllung, Tomatensoße und Butterreis Kalorien: 777 1,4,4a,6
Vegetarisch-Vital Menü Grün Leicht & lecker Allergene/Zusatzstoffe	3 gekochte Eier in Senfsoße mit Kartoffeln Beilage: Gurkensalat Kalorien: 478 BE 4,2* 1,4,4a,6,9,10	Schwäbische Käsespätzle mit Tomatensoße Beilage: Weißkrautsalat in Rahm Kalorien: 757 BE 6,8* 1,4,4a,6,C,H	Kartoffel-Zwiebelgratin mit Kohlrabi, Karotten, Bohnen und Erbsen mit Käse überbacken Kalorien: 526 BE 4,2* 1,4,4a,6,9	Frischer Blumenkohl in holländischer Soße mit Salzkartoffeln Kalorien: 270 BE 3,8* 1,4,4a,6,9	Bunte Gemüseplatte mit Rührei und Zwiebelröstkartoffeln Kalorien: 665 BE 3,7* 1,4,4a,6,9	Kräuterfrikadelle aus Tofu auf Zwiebelbratereis mit Tomatenragout Kalorien: 480 BE 6* 1,4,4a,6,12	Kartoffel-Gemüseauflauf mit Bechamel und Käse überbacken Kalorien 419 BE 3,9* 1,4,4a,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 4,4a,6,9,10,C	Gebratenes Hokifischfilet mit Schnittlauchsoße, Broccoli und Reis Kalorien: 365 BE 3,5* 1,3,4,4a,6,9	Putenrollbraten in Sahnesoße mit Bohnen und Salzkartoffeln Kalorien 464 BE 2,7* 4,4a,6,9	Gebratene Geflügeleber in Apfel-Zwiebel-Soße mit Kohlrabi und Kartoffeln Kalorien: 472 BE 3,2* 4,4a,6	Schweinebraten in Kräutersoße mit Rotkohl und Kartoffelpüree Kalorien: 458 BE 2,6 4,4a,6,9	Hähnchenschnitzel „natur“ mit Rahmsoße, Schwarzwurzeln in Rahm und Kartoffeln Kalorien: 311 BE 2,8* 1,4,4a,6,9	Zarte Ochsenbrust mit Kräutersoße, Rosenkohl und Kartoffeln Kalorien: 414 BE 2,6* 4,4a,6,9
Hanseaten-Menü Menü Gold Feinschmecker Menü Allergene/Zusatzstoffe	Lachsfrikadelle auf Butterreis mit Lauchcreme Kalorien: 560* 1,3,4,4a,6,9	2 Schweinemedallions in Rahmsoße mit Erbsen und Kartoffeln Kalorien: 495 4,4a,6,9	Rehgulasch in Preiselbeerssoße mit Apfelrotkohl und Spätzle Kalorien: 410* 1,4,4a,6,9,H	GOURMETMENÜ Gebratene Entenbrust in Orangensoße mit Pariser Karotten und Kroketten Aufpreis: EUR 3,00 Kalorien: 603* 4,4a,6,9	Gebratenes Forellenfilet in Rieslingsoße mit Blattspinat und Kartoffeln Kalorien: 605* 1,3,4,4a,6,9	Unsere Preise Willkommensangebot: 5 Essen p.P. nur 30€ 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 Kalktenkirchen + 0,30€ Rechnungszähler - 1,00€	
International-Menü Aus aller Welt Allergene/Zusatzstoffe	THAILÄNDISCH Hähnchenfiletstücke in Zwiebel-Kokosmilchsoße, Knoblauch und Reis Kalorien: 458* 4,4a,6,10,12	CHINESISCH Rindfleisch mit Zwiebeln in Sojasoße und Reis Kalorien: 439* 4,4a,10,11,12,14,A,B,D	INDONESISCH Bami Goreng pikantes Nudelgericht mit viel Gemüse und Hühnerfleisch Kalorien: 421* 4,4a,9,10,12	KROATISCH Pikante Cevapčići in Paprika – Zwiebelsoße mit Balkangemüse und Tomatenreis Kalorien: 656 4,4a,6,9,10	ITALIENISCH Spaghetti „Carbonara“ mit Käse-Sahnesoße mit Speck- und Tomatenwürfeln Kalorien: 762 1,4,4a,6,9,B,C	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 - Pekanuss 7f - Paranuss 7g - Pistazie 7h - Macadamianuss 8 - Schwefeldioxid/Sulfite 9 - Sellerie 10 - Senf 11 - Sesam 12 - Soja (gen-tech-frei) 13 - Lupinen 14 - Weichtiere
Salat Für Kalorienbewusste Allergene/Zusatzstoffe	Salatplatte „Marenko“ mit Eisberg, Bohnen, Möhren, Blumenkohl, Tomaten, Sellerie, Geflügelfleisch, Curry-Dressing Kleines Brötchen Kalorien: 612* 4,4a,4b,4c,4d,6,9,10,12,H	Caesars Salat mit Römersalat, Croutons, Parmesan, Hähnchenbrust, Caesars-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 613* 1,4,4a,6,10,12	Bunter Chefsalat mit Eisberg, 2 1/2 Eiern, Käse- und Schinkenstreifen, American-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 638 1,4,4a,6,C	Jägersalat mit Eisberg, Champignons, Gewürzgurke, Tomate, Zwiebeln, ger. Speck, Kräuter-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 507 4,4a,6,10,B,C,D,G	Jahreszeitensalat Salate der Saison mit kleinen Frikadellen, Joghurt-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 608 1,4,4a,6,10	*Essen ohne Schweinefleisch Änderungen aus technischen Gründen vorbehalten	
Süß-/Kaltspeisen-Menü Süßes und Pikantes Allergene/Zusatzstoffe	Magere Sülze mit Remoulade und Kartoffelsalat "natur" Kalorien: 567 6,10,A,B,C	Vanillemilchreis mit Pfirsichkompott Kalorien: 629* 6	Paniertes Schweineschnitzel mit Gewürzgurke und buntem Kartoffelsalat Kalorien: 651 1,4,4a,6,10	Kaiserschmarrn mit Rosinen, Mandeln und Erdbeerkompott Kalorien: 633* 1,4,4a,6,7,A	1 Paar Wiener Würstchen mit Senf und Kartoffelsalat Kalorien: 782 6,9,10,12,A,B,C,D,G		