



DRK Küche Güstrow

Tel.: 03843 / 27799829



Speiseplan vom 09.03.2026 - 15.03.2026

Name, Vorname: _____

Tag	Leichte Vollkost 1	Vollkost 2	Vegetarisch/Salat 3
Montag	Eierkuchen ^{a,a1,g1,c,g} Apfelmus ²	Bratwurst ¹⁶ Schwarzwurzeln ^{12,a,a1} Salzkartoffeln Apfelmus ²	Avocado-Tomaten- Blattsalat ² Kräuter-Dressing ^{g1,c,g} Brötchen ^{a,a1}
	481 kcal, 2029 kJoule	682 kcal, 2849 kJoule	264 kcal, 1113 kJoule
Dienstag	Ackergemüse Ein- topf ⁱ Bockwurst ^{1,2,16} Götterspeise ¹²	Jägerschnitzel ^{1,16,a,a1} Mischgemüse ^{12,a,a1} Salzkartoffeln Götterspeise ¹²	Avocado-Tomaten- Blattsalat ² Kräuter-Dressing ^{g1,c,g} Brötchen ^{a,a1}
	476 kcal, 1979 kJoule	736 kcal, 3067 kJoule	264 kcal, 1113 kJoule
Mittwoch	Kartoffelsalat Essig- Öl ^{1,2,16} Hacksteak ^{a,a1,c,j} Banane	Putengeschnetzeltes Möhrengemüse ^{12,a,a1} Reis Banane	Avocado-Tomaten- Blattsalat ² Kräuter-Dressing ^{g1,c,g} Brötchen ^{a,a1}
	2917 kcal, 12179 kJoule	769 kcal, 3212 kJoule	264 kcal, 1113 kJoule
Donnerstag	Eierragout mit Ge- müse ^{g1,c,g,j} Salzkartoffeln Fruchtjoghurt ^{g1,g}	Hackschmorkohl Salzkartoffeln Fruchtjoghurt ^{g1,g}	Avocado-Tomaten- Blattsalat ² Kräuter-Dressing ^{g1,c,g} Brötchen ^{a,a1}
	469 kcal, 1960 kJoule	428 kcal, 1795 kJoule	264 kcal, 1113 kJoule
Freitag	Tomatensoße mit Jagdwurstwürfel ^{1,2,6,16,i,j} Nudeln ^{a,a1,c} Apfel	Matjes ^{1,3,d} Hausgemachte Re- moulade ^{2,4,12,g1,c,g,j} Pellkartoffeln Apfel	Avocado-Tomaten- Blattsalat ² Kräuter-Dressing ^{g1,c,g} Brötchen ^{a,a1}
	514 kcal, 2160 kJoule	505 kcal, 2092 kJoule	264 kcal, 1113 kJoule
Samstag		Putenschnitzel ^{a,a1} Mediterraner Nudel- salat ^{13,a,a1,c,l}	
		802 kcal, 3386 kJoule	
Sonntag		paniertes Schweine- kotelett Rosenkohl Salzkartoffeln Fruchtquark ^{g1,g}	
		443 kcal, 1857 kJoule	

Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (3) mit Geschmacksverstärker; (4) mit Süßungsmittel; (6) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel; (12) mit Farbstoff; (13) geschwefelt; (16) mit Phosphat
 Allergene: (a) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (a1) Weizen und Weizenerzeugnisse; (g1) Laktose; (c) Eier und -erzeugnisse; (d) Fisch und -erzeugnisse; (g) Milch und -erzeugnisse; (i) Sellerie und -erzeugnisse; (j) Senf und -erzeugnisse; (l) Schwefeldioxid und Sulfide in einer Konzentration von mehr als 10mg/kg oder 10/mg/l, als SO2 angegeben