



Speiseplan vom 21.09.2026 - 27.09.2026

Name, Vorname: _____

Tag	Leichte Vollkost 1	Vollkost 2	Vegetarisch/Salat 3
Montag	Steckrübeneintopf ^{1,2,i} Götterspeise ¹²	Jägerschnitzel ^{1,16,a,a1} Kohlrabi Gemüse ^{12,a,a1} Salzkartoffeln Götterspeise ¹²	Gemüseeeintopf ⁱ Götterspeise ¹²
	351 kcal, 1472 kJoule	676 kcal, 2817 kJoule	200 kcal, 845 kJoule
Dienstag	Eierkuchen ^{a,a1,g1,c,g} Apfelmus ²	Schweinenackebra- ten Meerrettichsoße ^{2,g1,g,l} Wurzelgemüse ^{g1,g,i} Salzkartoffeln Apfelmus ²	Griechischer Salat ^{2,13,g1,g,l} Oliven+Hirtenkäse ^{15,g1,g} Joghurt-Kräuter-So- ße ^{12,g1,g} Fladenbrot ^{a,a1} Apfelmus ²
	481 kcal, 2029 kJoule	594 kcal, 2488 kJoule	1015 kcal, 4244 kJoule
Mittwoch	Nudeln ^{a,a1,c} Schinken-Sahneso- ße ^{1,2,16,g1,g} Schokopudding ^{g1,g}	Geschnetzeltes vom Schwein ^{12,a,a1} Champignonsoße ^{1,2,12,g1,g} Salzkartoffeln Schokopudding ^{g1,g}	Griechischer Salat ^{2,13,g1,g,l} Oliven+Hirtenkäse ^{15,g1,g} Joghurt-Kräuter-So- ße ^{12,g1,g} Fladenbrot ^{a,a1} Schokopudding ^{g1,g}
	523 kcal, 2204 kJoule	382 kcal, 1591 kJoule	955 kcal, 3987 kJoule
Donnerstag	Kartoffelsuppe ^{1,2,i} Wiener ^{1,2,16,i,j} Banane	Sauerkfleisch ^{1,2,16} Remoulade ^{2,4,12,g1,c,g,j} Bratkartoffeln ^{1,2} Banane	Griechischer Salat ^{2,13,g1,g,l} Oliven+Hirtenkäse ^{15,g1,g} Joghurt-Kräuter-So- ße ^{12,g1,g} Fladenbrot ^{a,a1} Banane
	537 kcal, 2237 kJoule	977 kcal, 4060 kJoule	1054 kcal, 4396 kJoule

Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (3) mit Geschmacksverstärker; (4) mit Süßungsmittel; (9) mit Zuckerarten und Süßungsmitteln; (10) enthält eine Phenylalaninquelle; (12) mit Farbstoff; (13) geschwefelt; (15) geschwärzt; (16) mit Phosphat
Allergene: (a) Glutenthaltiges 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



DRK Küche Güstrow

Tel.: 03843 / 27799829



Speiseplan vom 21.09.2026 - 27.09.2026

Name, Vorname: _____

Tag	Leichte Vollkost 1	Vollkost 2	Vegetarisch/Salat 3
Freitag	Krautnudeln mit Jagdwurstwürfeln 1,2,16,a,a1,i,j Fruchtjoghurt g1,g	Brathering 3,a,a1,c,d,j Sellerie-Kartoffelstampf g1,g,i Krautsalat 2 Fruchtjoghurt g1,g	Griechischer Salat 2,13,g1,g,l Oliven+Hirtenkäse 15,g1,g Joghurt-Kräuter-Soße 12,g1,g Fladenbrot a,a1 Fruchtjoghurt g1,g
	65 kcal, 277 kJoule	1510 kcal, 6317 kJoule	935 kcal, 3906 kJoule
Samstag		Weißkohleintopf 1,2,i Fleischeinlage 1,2 Vanillepudding mit Sahne 9,10,12,g1,g	
		498 kcal, 2089 kJoule	
Sonntag		Bauernroulade 1,2,4,a,a1,c Rosenkohl Salzkartoffeln Schokomousse g1,g	
		484 kcal, 2019 kJoule	
Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (3) mit Geschmacksverstärker; (4) mit Süßungsmittel; (9) mit Zuckerarten und Süßungsmitteln; (10) enthält eine Phenylalaninquelle; (12) mit Farbstoff; (13) geschwefelt; (15) geschwärzt; (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			