



Speiseplan vom 03.11.2025 - 09.11.2025

Name, Vorname: _____

Tag	Leichte Vollkost 1	Vollkost 2	Vegetarisch/Salat 3
Montag	Gemüse Eintopf ⁱ Geflügelwieners ^{1,2,3,16} Apfel	Pilzragout mit Kartoffelrösti ^{g1,g} Blattsalat Apfel	Gemüse Eintopf ⁱ Apfel
	247 kcal, 1029 kJoule	394 kcal, 1646 kJoule	120 kcal, 504 kJoule
Dienstag	Putengeschnetzeltes Möhrengemüse ^{12,a,a1} Reis Schokopudding ^{g1,g}	Kasseler Sülze ^{1,2,4,j} Remoulade ^{2,4,12,g1,c,g,j} Bratkartoffeln ^{1,2} Schokopudding ^{g1,g}	Orangen-Fenchelsalat mit Granatapfel ^{2,14} Fladenbrot ^{a,a1} Schokopudding ^{g1,g}
	762 kcal, 3188 kJoule	703 kcal, 2921 kJoule	352 kcal, 1487 kJoule
Mittwoch	Vanille-Milch-Nudeln ^{12,a,a1,g1,c,g}	Bauernroulade ^{1,2,4,a,a1,c} Paprika-Rahm-Soße Salzkartoffeln Götterspeise ¹²	Vanille-Milch-Nudeln ^{12,a,a1,g1,c,g}
	776 kcal, 3279 kJoule	412 kcal, 1725 kJoule	776 kcal, 3279 kJoule
Donnerstag	Gekochtes Ei ^c Spinat ^{a,a1} Salzkartoffeln Erdbeerjoghurt ^{g1,g}	Schweinenackensbraten Meerrettichsoße ^{2,g1,g,l} Wurzelgemüse ^{g1,g,i} Salzkartoffeln Erdbeerjoghurt ^{g1,g}	Orangen-Fenchelsalat mit Granatapfel ^{2,14} Fladenbrot ^{a,a1} Erdbeerjoghurt ^{g1,g}
	414 kcal, 1734 kJoule	548 kcal, 2290 kJoule	366 kcal, 1546 kJoule
Freitag	Nudeln ^{a,a1,c} Tomatensoße ^{12,a,a1} Banane	Kochfisch in Kapernsoße ^{g1,d,g} Salzkartoffeln Banane	Nudeln ^{a,a1,c} Tomatensoße ^{12,a,a1} Banane
	665 kcal, 2786 kJoule	379 kcal, 1583 kJoule	665 kcal, 2786 kJoule
Samstag		Soljanka ^{1,2,4,6,16} Brötchen ^{a,a1} Rote Grütze mit Vanillesauce ^{g1,g}	
		468 kcal, 1977 kJoule	

Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (3) mit Geschmacksverstärker; (4) mit Süßungsmittel; (6) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel; (12) mit Farbstoff; (14) gewachst; (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



DRK Küche Güstrow

Tel.: 03843 / 27799829



Deutsches
Rotes
Kreuz

Speiseplan vom 03.11.2025 - 09.11.2025

Name, Vorname: _____

Tag	Leichte Vollkost 1	Vollkost 2	Vegetarisch/Salat 3
Sonntag		Schweineroulade ^{1,2,j} Bratensoße ^{a,a1,g1,g} Apfelrotkohl ² Salzkartoffeln Schokomousse ^{g1,g}	
		649 kcal, 2710 kJoule	
Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (3) mit Geschmacksverstärker; (4) mit Süßungsmittel; (6) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel; (12) mit Farbstoff; (14) gewachst; (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			