



Speiseplan vom 10.11.2025 - 16.11.2025

Name, Vorname: _____

Tag	Leichte Vollkost 1	Vollkost 2	Vegetarisch/Salat 3
Montag	Eierkuchen ^{a,a1,g1,c,g} Apfelmus ²	Putenstreifen in Curry-Früchtesoße ^{12,a,a1} Reis Apfelmus ²	Feldsalat mit Walnüssen,Ei,S-peckwürfel ^{1,2,16,c,e} Honig-Senf Dressing ^{g1,c,g,i,j} Apfelmus ²
	481 kcal, 2029 kJoule	611 kcal, 2568 kJoule	662 kcal, 2755 kJoule
Dienstag	Linsencurry mit Spinat und Aprikosen ² Grießdessert ^{a,a1,g1,g}	Jägerschnitzel ^{1,16,a,a1} Mischgemüse ^{12,a,a1} Salzkartoffeln Grießdessert ^{a,a1,g1,g}	Linsencurry mit Spinat und Aprikosen ² Grießdessert ^{a,a1,g1,g}
	590 kcal, 2480 kJoule	759 kcal, 3163 kJoule	590 kcal, 2480 kJoule
Mittwoch	Grießbrei ^{a,a1,g1,g} zimtige Pflaumensoße	Paprika-Hackpfanne Salzkartoffeln Schokopudding ^{g1,g}	Feldsalat mit Walnüssen,Ei,S-peckwürfel ^{1,2,16,c,e} Honig-Senf Dressing ^{g1,c,g,i,j} Schokopudding ^{g1,g}
	778 kcal, 3269 kJoule	486 kcal, 2039 kJoule	602 kcal, 2498 kJoule
Donnerstag	Tomatensoße mit Jagdwurstwürfel ^{1,2,6,16,i,j} Nudeln ^{a,a1} Apfel	Szegediner Gulasch ^{1,2,16,g1,g} Salzkartoffeln Apfel	Feldsalat mit Walnüssen,Ei,S-peckwürfel ^{1,2,16,c,e} Honig-Senf Dressing ^{g1,c,g,i,j} Apfel
	509 kcal, 2140 kJoule	479 kcal, 1997 kJoule	522 kcal, 2159 kJoule
Freitag	Seelachs Nuggets ^{a,a1,g1,d,g,j} Kräutersoße ^{12,a,a1} Kartoffel-Möhrenstampf ^{g1,g} Bananenmilch ^{12,g1,g}	marinierte Nackensteak Kohlrabi Gemüse ^{12,a,a1} Salzkartoffeln Bananenmilch ^{12,g1,g}	Seelachs Nuggets ^{a,a1,g1,d,g,j} Kräutersoße ^{12,a,a1} Kartoffel-Möhrenstampf ^{g1,g} Bananenmilch ^{12,g1,g}
	680 kcal, 2850 kJoule	731 kcal, 3060 kJoule	680 kcal, 2850 kJoule
Samstag		Steckrübeneintopf ^{1,2,i} Lungenwurst Zitronenmousse ^{12,g1,g}	
		368 kcal, 1540 kJoule	

Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (6) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel; (12) mit Farbstoff; (16) mit Phosphat
Allergene: (a) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (a1) Weizen und Weizenerzeugnisse; (g1) Laktose; (c) Eier und -erzeugnisse; (d) Fisch und -erzeugnisse; (e) Erdnüsse und -erzeugnisse; (g) Milch und -erzeugnisse; (i) Sellerie und -erzeugnisse; (j) Senf und -erzeugnisse



DRK Küche Güstrow

Tel.: 03843 / 27799829



Speiseplan vom 10.11.2025 - 16.11.2025

Name, Vorname: _____

Tag	Leichte Vollkost 1	Vollkost 2	Vegetarisch/Salat 3
Sonntag		Hacksteak ^{a,a1,c,j} Rahmwirsing ^{g1,g} Salzkartoffeln Fruchtjoghurt ^{g1,g}	
		2761 kcal, 11528 kJoule	
Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (6) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel; (12) mit Farbstoff; (16) mit Phosphat Allergene: (a) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (a1) Weizen und Weizenerzeugnisse; (g1) Laktose; (c) Eier und -erzeugnisse; (d) Fisch und -erzeugnisse; (e) Erdnüsse und -erzeugnisse; (g) Milch und -erzeugnisse; (i) Sellerie und -erzeugnisse; (j) Senf und -erzeugnisse			