



DRK Küche Güstrow

Tel.: 03843 / 27799829



Speiseplan vom 01.12.2025 - 07.12.2025

Name, Vorname:

Tag	Leichte Vollkost 1	Vollkost 2	Vegetarisch/Salat 3
Montag	Steckrübeneintopf ^{1,2,i} Fleischeinlage ^{1,2} Apfel	Bratwurst ¹⁶ Rosenkohl Salzkartoffeln Apfel	Couscous-Salat mit Rosinen, Äpfel, Nüsse ^{2,g1,e,g}
	361 kcal, 1517 kJoule	417 kcal, 1735 kJoule	778 kcal, 3298 kJoule
Dienstag	Nudeln ^{a,a1,c} Tomatensoße ^{12,a,a1} Schokopudding ^{g1,g}	Knacker ^{1,2,16,g1,g,j} Grünkohl ^{1,2,a,a1} Salzkartoffeln Schokopudding ^{g1,g}	Couscous-Salat mit Rosinen, Äpfel, Nüsse ^{2,g1,e,g}
	656 kcal, 2752 kJoule	633 kcal, 2650 kJoule	778 kcal, 3298 kJoule
Mittwoch	Grießbrei ^{a,a1,g1,g} zimtige Pflaumensoße	Jägerschnitzel ^{1,16,a,a1} Porreegemüse ^{g1,g} Salzkartoffeln Fruchtquark ^{g1,g}	Couscous-Salat mit Rosinen, Äpfel, Nüsse ^{2,g1,e,g}
	778 kcal, 3269 kJoule	475 kcal, 1983 kJoule	778 kcal, 3298 kJoule
Donnerstag	Champignon-Pfanne Tzatziki ^{g1,g} Brötchen ^{a,a1} Clementine ¹⁴	Hackschmorkohl Salzkartoffeln Clementine ¹⁴	Champignon-Pfanne Tzatziki ^{g1,g} Brötchen ^{a,a1} Clementine ¹⁴
	517 kcal, 2155 kJoule	408 kcal, 1708 kJoule	517 kcal, 2155 kJoule
Freitag	Fischfrikadellen ^{a,a1,g1,d,g} Möhrengemüse in Rahm ^{12,a,a1} Salzkartoffeln Vanillepudding ^{12,g1,g}	Pulled Pork ^{1,2} Kartoffelpalten Cole Slaw Salat ^{2,g1,c,g,j} Vanillepudding ^{12,g1,g}	Couscous-Salat mit Rosinen, Äpfel, Nüsse ^{2,g1,e,g}
	621 kcal, 2594 kJoule	556 kcal, 2338 kJoule	778 kcal, 3298 kJoule
Samstag		Weißkohleintopf ^{1,2,i} Fleischeinlage ^{1,2} Götterspeise ¹²	
		486 kcal, 2038 kJoule	
Sonntag		Hacksteak ^{a,a1,c,j} Letscho Salzkartoffeln Zitronenmousse ^{12,g1,g}	
		2665 kcal, 11137 kJoule	

Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (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; (e) Erdnüsse und -erzeugnisse; (g) Milch und -erzeugnisse; (i) Sellerie und -erzeugnisse; (j) Senf und -erzeugnisse