



Speiseplan vom 05.01.2026 - 11.01.2026

Name, Vorname: _____

Tag	Leichte Vollkost 1	Menü I	Menü II
Montag, 05.01.2026	Wurstgulasch 1,2,16,a,a1,i,j,S Nudeln Hörnchen a,a1,c Gewürzgurke 1,4 Banane 819 kcal, 3427 kJoule	Tomatensoße mit Jagdwurstwürfel 1,2,6,16,i,j Nudeln Hörnchen a,a1,c Banane 604 kcal, 2534 kJoule	Wurstgulasch 1,2,16,a,a1,i,j,S Salzkartoffeln Gewürzgurke 1,4 Banane 650 kcal, 2707 kJoule
Dienstag, 06.01.2026	Vegetarischer Nudelauflauf a,a1,g1,g,i Fruchtjoghurt g1,g 1023 kcal, 4298 kJoule	Hackbraten 12,a,a1,c,j Bratensoße a,a1,g1,g Erbsengemüse Salzkartoffeln Fruchtjoghurt g1,g 605 kcal, 2532 kJoule	Vegetarischer Nudelauflauf a,a1,g1,g,i Fruchtjoghurt g1,g 903 kcal, 3793 kJoule
Mittwoch, 07.01.2026	Senfei 12,a,a1,c,j Salzkartoffeln Rote Beete 4 Apfel 530 kcal, 2208 kJoule	Senfei 12,a,a1,c,j Salzkartoffeln Rote Beete 4 Apfel 530 kcal, 2208 kJoule	Asiapfanne mit Hähnchenstreifen 12,a,a1,c,f Gemüsereis i Apfel 852 kcal, 3614 kJoule
Donnerstag, 08.01.2026	gedünstetes Seelachsfilet d Kräutersoße 12,a,a1 Gemüsereis i Möhrensalat Mandelpudding mit Fruchtsoße g1,g 497 kcal, 2088 kJoule	Fischstäbchen a,a1,d Kräutersoße 12,a,a1 Kartoffelstampf g1,g Möhrensalat Mandelpudding mit Fruchtsoße g1,g 590 kcal, 2466 kJoule	Kasseler Steak 1,2 Apfel-Zwiebel Fett 2,12 Kartoffelstampf g1,g Möhrensalat Mandelpudding mit Fruchtsoße g1,g 948 kcal, 3969 kJoule
Freitag, 09.01.2026	Pellkartoffeln Kräuterquark g1,g Gurkensalat mit Joghurt und Saure Sahne g1,g Birne 524 kcal, 2189 kJoule	Bratwurst 16 Mischgemüse 12,a,a1 Kartoffelstampf g1,g Birne 837 kcal, 3478 kJoule	Pellkartoffeln Kräuterquark g1,g Gurkensalat mit Joghurt und Saure Sahne g1,g Birne 524 kcal, 2189 kJoule
Samstag, 10.01.2026			Linseneintopf mit Kasselerfleisch 1,2,i Fruchtjoghurt g1,g 700 kcal, 2949 kJoule

Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (4) mit Süßungsmittel; (6) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel; (12) mit Farbstoff; (16) mit Phosphat; (S) enthält Schwein

Allergene: (a) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (a1) Weizen und Weizenerzeugnisse; (g1) Laktose; (c) Eier und -erzeugnisse; (d) Fisch und -erzeugnisse; (f) Soja und -erzeugnisse; (g) Milch und -erzeugnisse; (i) Sellerie und -erzeugnisse; (j) Senf und -erzeugnisse



DRK Küche Laage

Tel.: 038459 / 669869



**Deutsches
Rotes
Kreuz**

Speiseplan vom 05.01.2026 - 11.01.2026

Name, Vorname: _____

Tag	Leichte Vollkost 1	Menü I	Menü II
Sonntag, 11.01.2026			Kohlroulade ^{12,a,a1} Salzkartoffeln Vanillepudding ^{12,g1,g}
			590 kcal, 2460 kJoule
<small>Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (4) mit Süßungsmittel; (6) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel; (12) mit Farbstoff; (16) mit Phosphat; (S) enthält Schwein Allergene: (a) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (a1) Weizen und Weizenerzeugnisse; (g1) Laktose; (c) Eier und -erzeugnisse; (d) Fisch und -erzeugnisse; (f) Soja und -erzeugnisse; (g) Milch und -erzeugnisse; (i) Sellerie und -erzeugnisse; (j) Senf und -erzeugnisse</small>			