



DRK Küche Laage

Tel.: 038459 / 669869



Speiseplan vom 12.01.2026 - 18.01.2026

Name, Vorname: _____

Tag	Leichte Vollkost 1	Menü I	Menü II
Montag, 12.01.2026	Milchreis mit Zimt und Zucker ^{g1,g} Apfelmus ² 714 kcal, 3007 kJoule	Milchreis mit heißen Kirschen ^{g1,g} Apfelmus ² 664 kcal, 2797 kJoule	Kartoffelsuppe ^{1,2,i} Bockwurst ^{1,2,16} Apfelmus ² 661 kcal, 2757 kJoule
Dienstag, 13.01.2026	Gemüse-Nudel- Pfanne ^{a,a1,c} Fruchtquark ^{g1,g} 1462 kcal, 6132 kJoule	Gulasch vom Schwein ^{4,12,a,a1,j} Rotkohl ² Nudeln Hörnchen ^{a,a1,c} Fruchtquark ^{g1,g} 791 kcal, 3322 kJoule	Gulasch vom Schwein ^{4,12,a,a1,j} Rotkohl ² Salzkartoffeln Fruchtquark ^{g1,g} 622 kcal, 2602 kJoule
Mittwoch, 14.01.2026	Kartoffeltasche ^{a,a1,g1,g} Kräuterquark ^{g1,g} Gemischter Salat Apfel 670 kcal, 2804 kJoule	Königsberger Klopse ^{12,a,a1,c} Salzkartoffeln Rote Beete ⁴ Apfel 714 kcal, 2964 kJoule	Kartoffeltasche ^{a,a1,g1,g} Kräuterquark ^{g1,g} Gemischter Salat Apfel 670 kcal, 2804 kJoule
Donnerstag, 15.01.2026	Gemüseeintopf ⁱ Geflügelwiener ^{1,2,3,16} 246 kcal, 1027 kJoule	Erbseneintopf ^{1,2,i} Geflügelwiener ^{1,2,3,16} Schokopudding ^{g1,g} 656 kcal, 2754 kJoule	Wirsingroulade ^{g1,g,j} Salzkartoffeln Schokopudding ^{g1,g} 468 kcal, 1946 kJoule
Freitag, 16.01.2026	gedünstetes Seelachsfilet ^d Petersiliensoße ^{a,a1,g1,g} Möhrengemüse ^{12,a,a1} Salzkartoffeln Obstsalat ¹⁴ 17614 kcal, 73762 kJoule	Eierragout ^{12,a,a1,c} Salzkartoffeln Obstsalat ¹⁴ 12960 kcal, 54242 kJoule	Geb.Seelachsfilet ^d Petersiliensoße ^{a,a1,g1,g} Möhrengemüse ^{12,a,a1} Salzkartoffeln Obstsalat ¹⁴ 17522 kcal, 73379 kJoule
Samstag, 17.01.2026			Hühnereintopf mit Nudeln ^{a,a1,c,i} Fruchtjoghurt ^{g1,g} 571 kcal, 2411 kJoule
Sonntag, 18.01.2026			Gefüllter Schweinerollbraten ^{1,2} Bratensoße ^{a,a1,g1,g} Rosenkohl Salzkartoffeln Rote Grütze ^{12,g1,g} 468 kcal, 1960 kJoule

Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (3) mit Geschmacksverstärker; (4) mit Süßungsmittel; (12) mit Farbstoff; (14) gewachst; (16) mit Phosphat

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