



Speiseplan vom 21.09.2026 - 27.09.2026

Name, Vorname: _____

Tag	Leichte Vollkost 1	Menü I	Menü II
Montag, 21.09.2026	Kartoffelsuppe ^{1,2,i} Wiener ^{1,2,16,i,j} Apfel	Kartoffelsuppe ^{1,2,i} Geflügelwiener ^{1,2,3,16} Apfel	Schweinesteak Möhren- Kohlrabigemüse ^{g1,g} Salzkartoffeln Apfel
	358 kcal, 1489 kJoule	343 kcal, 1426 kJoule	581 kcal, 2420 kJoule
Dienstag, 22.09.2026	Rührei ^c Möhrengemüse ^{12,a,a1} Salzkartoffeln Fruchtquark ^{g1,g}	Bolognese ^{12,a,a1,i} Nudeln Hörnchen ^{a,a1,c} Fruchtquark ^{g1,g}	Schmorkohl mit Schweinefleisch ^{1,2,16} Salzkartoffeln Fruchtquark ^{g1,g}
	676 kcal, 2814 kJoule	770 kcal, 3233 kJoule	355 kcal, 1487 kJoule
Mittwoch, 23.09.2026	gedünstetes Fischfilet ^d Brokkoli Salzkartoffeln Banane	Schweineschnitzel ^{a,a1} Mischgemüse ^{12,a,a1} Salzkartoffeln Banane	Matjes nach "Hausfrauen Art" ^{1,g1,d,g} Pellkartoffeln Banane
	275 kcal, 1158 kJoule	692 kcal, 2882 kJoule	624 kcal, 2602 kJoule
Donnerstag, 24.09.2026	gebratene Hähnchenbrust Joghurt-Kräuter- Soße ^{12,g1,g} Couscous-Gemüse- Pfanne ^{a,a1} Mandelpudding mit Fruchtsoße ^{g1,g}	Couscous-Gemüse- Pfanne ^{a,a1} Joghurt-Kräuter- Soße ^{12,g1,g} Mandelpudding mit Fruchtsoße ^{g1,g}	paniertes Schweinekotelett Braune Soße ^{a,a1,g1,g} Blumenkohl Gemüse ^{g1,g} Salzkartoffeln Mandelpudding mit Fruchtsoße ^{g1,g}
	958 kcal, 4039 kJoule	885 kcal, 3726 kJoule	603 kcal, 2517 kJoule
Freitag, 25.09.2026	gedünstetes Seelachsfilet ^d Petersiliensoße ^{a,a1,g1,g} Reis Birne	gedünstetes Seelachsfilet ^d Petersiliensoße ^{a,a1,g1,g} Risi Bisi ^{g1,g} Birne	Geflügelleber gedünstete Zwiebeln mit Apfelspalten ^{g1,g} Kartoffelstampf ^{g1,g} Birne
	4777 kcal, 20051 kJoule	5432 kcal, 22819 kJoule	498 kcal, 2083 kJoule
Samstag, 26.09.2026	Möhren-Kartoffel- Eintopf ^{2,g1,g} Fleischeinlage ^{1,2} Fruchtjoghurt ^{g1,g}		Schnittbohne Eintopf mit Fleischeinlage ⁱ Fruchtjoghurt ^{g1,g}
	696 kcal, 2935 kJoule		257 kcal, 1081 kJoule

Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (3) mit Geschmacksverstärker; (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; (g) Milch und -erzeugnisse; (i) Sellerie und -erzeugnisse; (j) Senf und -erzeugnisse



DRK Küche Laage

Tel.: 038459 / 669869



**Deutsches
Rotes
Kreuz**

Speiseplan vom 21.09.2026 - 27.09.2026

Name, Vorname: _____

Tag	Leichte Vollkost 1	Menü I	Menü II
Sonntag, 27.09.2026	Putengulasch Brokkoli Salzkartoffeln Grießdessert a,a1,g1,g		Putengulasch Ofengemüse i Salzkartoffeln Grießdessert a,a1,g1,g
	361 kcal, 1518 kJoule		832 kcal, 3478 kJoule
Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (3) mit Geschmacksverstärker; (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; (g) Milch und -erzeugnisse; (i) Sellerie und -erzeugnisse; (j) Senf und -erzeugnisse			