



Tag	Menü I	Menü II
Mo., 05.01.	Wurstgulasch 1,2,16,a,a1,i,j Salzkartoffeln Apfel 555 kcal, 2313 kJoule	Grützwurst 1,2,3,16,a,a7,g1,c,g,h,h7,i,j Sauerkraut 1,2,16 Salzkartoffeln Apfel 647 kcal, 2687 kJoule
	Senfei 12,a,a1,c,j Salzkartoffeln Möhrensalat Schokomilch 91,g 737 kcal, 3078 kJoule	Vegetarischer Nudelauflauf a,a1,g1,g,i Schokomilch 91,g 953 kcal, 4011 kJoule
Mi., 07.01.	Linseneintopf mit Kasselerfleisch 1,2,i Vanillepudding 12,g1,g 718 kcal, 3024 kJoule	Kasseler Steak 1,2 Apfel-Zwiebel Fett 2,12 Kartoffelstampf 91,g Vanillepudding 12,g1,g 661 kcal, 2783 kJoule
	Pellkartoffeln Kräuterquark 91,g Krautsalat 2 Birne 1524 kcal, 6376 kJoule	Hackbraten 12,a,a1,c,j Salzkartoffeln Krautsalat 2 Birne 1483 kcal, 6210 kJoule
Fr., 09.01.	Jägerpfanne mit Pilzen 12,a,a1 Spätzle a,a1,c Kirschjoghurt 91,g 827 kcal, 3474 kJoule	Bratwurst 16 Sauerkraut 1,2,16 Kartoffelstampf 91,g Kirschjoghurt 91,g 604 kcal, 2516 kJoule
	Sa., 10.01.	
So., 11.01.		
Mo., 12.01.	Milchreis mit Zimt und Zucker 91,g Apfelmus 2 642 kcal, 2706 kJoule	Kartoffelauflauf mit Gemüse,Schinken 1,2,16,g1,c,g,i Apfel 455 kcal, 1891 kJoule
	Di., 13.01.	Erbseintopf 1,2,i Erdbeerjoghurt 91,g 487 kcal, 2052 kJoule
Mi., 14.01.	Gemüse-Nudel-Pfanne a,a1,c Schokopudding 91,g 1437 kcal, 6030 kJoule	Wirsingroulade 91,g,j Salzkartoffeln Schokopudding 91,g 457 kcal, 1902 kJoule
	Do., 15.01.	Kartoffeltasche a,a1,g1,g Kräutersoße 12,a,a1 Apfel 539 kcal, 2255 kJoule
Fr., 16.01.	Eierragout 12,a,a1,c Salzkartoffeln Kompott 346 kcal, 1441 kJoule	Seelachs Backfisch a,a1,d Möhrengemüse 12,a,a1 Salzkartoffeln Kompott 520 kcal, 2168 kJoule
Sa., 17.01.		
So., 18.01.		
Mo., 19.01.	Steckrübeneintopf 1,2,i Erdbeerfruchtmilch 12,g1,g 350 kcal, 1471 kJoule	Schweinesteak Bohnengemüse 12,a,a1 Salzkartoffeln Erdbeerfruchtmilch 12,g1,g 787 kcal, 3288 kJoule
	Di., 20.01.	Kartoffel-Hack-Auflauf g1,c,g Kiwi 747 kcal, 3117 kJoule
Mi., 21.01.	Kartoffelsuppe 1,2,i Schnippelwurst 1,2,16 Schokopudding 91,g 423 kcal, 1761 kJoule	Hähnchenschnitzel a,a1 Mischgemüse 12,a,a1 Salzkartoffeln Kiwi 437 kcal, 1816 kJoule
	Do., 22.01.	Käse-Schinken Soße 1,2,12,16,g1,g Spätzle a,a1,c Banane 586 kcal, 2462 kJoule
Fr., 23.01.	Tomatensoße mit Jagdwurstwürfel 1,2,6,16,i,j Nudeln a,a1,c Fruchtquark 91,g 568 kcal, 2383 kJoule	Hackschmorkohl Salzkartoffeln Banane 400 kcal, 1673 kJoule
Sa., 24.01.		Matjes 1,3,d Remoulade 2,4,12,g1,c,g,j Pellkartoffeln Fruchtquark 91,g 559 kcal, 2319 kJoule
So., 25.01.		
Mo., 26.01.	Eierkuchen a,a1,g1,c,g Apfelmus 2 478 kcal, 2017 kJoule	Hühnerfrikassee 2,12,a,a1,i Reis Apfelmus 2 702 kcal, 2952 kJoule

Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (3) mit Geschmacksverstärker; (4) mit Süßungsmittel; (6) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel; (12) mit Farbstoff; (14) gewachst; (16) mit Phosphat Allergene: (a) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (a1) Weizen und Weizenerzeugnisse; (a7) Hafer und Hafererzeugnisse; (g1) Laktose; (c) Eier und -erzeugnisse; (d) Fisch und -erzeugnisse; (g) Milch und -erzeugnisse; (h) Schalenfrüchte und -erzeugnisse; (h7) Pistazien und Pistazienerzeugnisse; (i) Sellerie und -erzeugnisse; (j) Senf und -erzeugnisse



Küche Teterow

Tel.: 03996 / 131182

Speiseplan vom 05.01.2026 - 01.02.2026

Name, Vorname: _____

Deutsches
Rotes
Kreuz

Bitte Abgeben bis _____

Tag	Menü I	Menü II
Di., 27.01.	Paprika-Hackpfanne Salzkartoffeln Pfirsichjoghurt g1,g 389 kcal, 1634 kJoule	Schweinshaxe ² Sauerkraut ^{1,2,16} Salzkartoffeln Pfirsichjoghurt g1,g 347 kcal, 1454 kJoule
	Kohlrabi-Möhren Eintopf Vanillepudding ^{12,g1,g} 240 kcal, 1008 kJoule	Putengeschnetzeltes Reis Vanillepudding ^{12,g1,g} 348 kcal, 1468 kJoule
Do., 29.01.	Bockwurst ^{1,2,16} Himmel und Erde ² Mandarine ¹⁴ 342 kcal, 1414 kJoule	Bratklops ^{a,a1,c} Mischgemüse ^{12,a,a1} Salzkartoffeln Mandarine ¹⁴ 567 kcal, 2362 kJoule
	Ackergemüse Eintopf ⁱ Buttermilchdessert g1,g 221 kcal, 928 kJoule	Seelachs Backfisch ^{a,a1,d} Kräutersoße ^{12,a,a1} Salzkartoffeln Buttermilchdessert g1,g 581 kcal, 2434 kJoule
Sa., 31.01.		
So., 01.02.		

Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (3) mit Geschmacksverstärker; (4) mit Süßungsmittel; (6) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel; (12) mit Farbstoff; (14) gewachst; (16) mit Phosphat Allergene: (a) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (a1) Weizen und Weizenerzeugnisse; (a7) Hafer und Hafererzeugnisse; (g1) Laktose; (c) Eier und -erzeugnisse; (d) Fisch und -erzeugnisse; (g) Milch und -erzeugnisse; (h) Schalenfrüchte und -erzeugnisse; (h7) Pistazien und Pistazienerzeugnisse; (i) Sellerie und -erzeugnisse; (j) Senf und -erzeugnisse