

**Küche Teterow**

Tel.: 03996 / 131182

Speiseplan vom 01.07.2026 - 31.07.2026

Name, Vorname: _____

**Deutsches
Rotes
Kreuz**

Bitte Abgeben bis _____

Tag	Menü I	Menü II
Mi., 01.07.	Brühnudeln mit Rindfleisch ^{a,a1,c,i} Vanillepudding _{12,g1,g}	Kohlroulade ^{12,a,a1} Salzkartoffeln Vanillepudding _{12,g1,g}
	474 kcal, 2008 kJoule	590 kcal, 2460 kJoule
Do., 02.07.	Schinkenspätzle ^{1,2,12,a,a1,c} Champignonsoße _{1,2,12,g1,g} Apfelsaft	Kesselgulasch ^{4,j} Apfelsaft
	707 kcal, 2949 kJoule	264 kcal, 1112 kJoule
Fr., 03.07.	Wurstgulasch ^{1,2,16,a,a1,i,j} Salzkartoffeln Kirschjoghurt _{g1,g}	Fischwürfel ^d Dill Soße ^{12,a,a1,i} Salzkartoffeln Kirschjoghurt _{g1,g}
	639 kcal, 2669 kJoule	479 kcal, 2003 kJoule
Sa., 04.07.		
So., 05.07.		
Mo., 06.07.	Hackgulasch ^{12,a,a1} Salzkartoffeln Erdbeerfruchtmilch _{12,g1,g}	Leberkäse ^{1,2,16} Bayrisch Kraut _{1,2,g1,g} Salzkartoffeln Erdbeerfruchtmilch _{12,g1,g}
	491 kcal, 2058 kJoule	492 kcal, 2052 kJoule
Di., 07.07.	Putengeschnetzeltes Reis Schokopudding _{g1,g}	Schw.Sülze ^{1,i} Remoulade ^{2,4,12,g1,c,g,j} Bratkartoffeln ^{1,2} Schokopudding _{g1,g}
	383 kcal, 1611 kJoule	772 kcal, 3205 kJoule
Mi., 08.07.	Linseneintopf mit Kasselerfleisch ^{1,2,i} Milchreis mit Fruchtsoße _{12,g1,c,g}	Bauernroulade ^{1,2,4,a,a1,c} Buttererbsen _{g1,g} Salzkartoffeln Milchreis mit Fruchtsoße _{12,g1,c,g}
	613 kcal, 2584 kJoule	504 kcal, 2109 kJoule
Do., 09.07.	Rührei ^c Spinat ^{a,a1} Salzkartoffeln Erdbeerjoghurt _{g1,g}	Brathering ^{3,a,a1,c,d,j} Kartoffelstampf _{g1,g} Blattsalat Erdbeerjoghurt _{g1,g}
	426 kcal, 1781 kJoule	503 kcal, 2104 kJoule
Fr., 10.07.	Jägerschnitzel ^{1,16,a,a1} Tomatensoße ^{12,a,a1} Nudeln ^{a,a1,c} Apfelmus ²	Kartoffelaufbau mit Gemüse, Schinken ^{1,2,16,g1,c,g,i} Apfelmus ²
	834 kcal, 3489 kJoule	599 kcal, 2498 kJoule
Sa., 11.07.		
So., 12.07.		
Mo., 13.07.	Kartoffelpuffer Apfelmus ² Pfirsichjoghurt _{g1,g}	Geschnetzeltes vom Schwein ^{12,a,a1} Reis Pfirsichjoghurt _{g1,g}
	423 kcal, 1788 kJoule	524 kcal, 2196 kJoule
Di., 14.07.	Pellkartoffeln Kräuterquark _{g1,g} Blattsalat Grießdessert _{a,a1,g1,g}	Schweineschnitzel ^{a,a1} Blumenkohl Gemüse _{g1,g} Salzkartoffeln Grießdessert _{a,a1,g1,g}
	471 kcal, 1970 kJoule	461 kcal, 1929 kJoule
Mi., 15.07.	Grießbrei _{a,a1,g1,g} Kirschsuppe	gefüllte Paprikaschote Salzkartoffeln Schokopudding _{g1,g}
	532 kcal, 2229 kJoule	370 kcal, 1551 kJoule
Do., 16.07.	Bolognese ^{12,a,a1,i} Nudeln ^{a,a1} Fruchtquark _{g1,g}	Vegetarischer Kartoffelaufbau _{g1,c,g,i} Fruchtquark _{g1,g}
	666 kcal, 2795 kJoule	307 kcal, 1278 kJoule
Fr., 17.07.	Bechamelkartoffeln ^{12,a,a1,g1,g} Bockwurst ^{1,2,16} Buttermilchdessert _{g1,g}	Seelachs Nuggets _{a,a1,g1,d,g,j} Kräutersoße ^{12,a,a1} Salzkartoffeln Buttermilchdessert _{g1,g}
	830 kcal, 3450 kJoule	587 kcal, 2456 kJoule
Sa., 18.07.		
So., 19.07.		
Mo., 20.07.	Wurstgulasch ^{1,2,16,a,a1,i,j} Salzkartoffeln Apfel	Schupfnudel-Gemüsepfanne _{a,a1,c} Apfel
	555 kcal, 2313 kJoule	476 kcal, 2020 kJoule
Di., 21.07.	Senfei ^{12,a,a1,c,j} Salzkartoffeln Möhrensalat Schokomilch _{g1,g}	Vegetarischer Nudelauflauf _{a,a1,g1,g,i} Schokomilch _{g1,g}
	737 kcal, 3078 kJoule	953 kcal, 4011 kJoule
Mi., 22.07.	Linseneintopf mit Kasselerfleisch ^{1,2,i} Vanillepudding _{12,g1,g}	Kasseler Steak ^{1,2} Apfel-Zwiebel Fett ^{2,12} Kartoffelstampf _{g1,g} Vanillepudding _{12,g1,g}

Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (3) mit Geschmacksverstärker; (4) mit Süßungsmittel; (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

**Küche Teterow**

Tel.: 03996 / 131182

Speiseplan vom 01.07.2026 - 31.07.2026

Name, Vorname: _____

**Deutsches
Rotes
Kreuz**

Bitte Abgeben bis _____

Tag	Menü I	Menü II
	718 kcal, 3024 kJoule	661 kcal, 2783 kJoule
Do., 23.07.	Pellkartoffeln Kräuterquark ^{g1,g} Krautsalat ² Birne	Hackbraten ^{12,a,a1,c,j} Salzkartoffeln Krautsalat ² Birne
	1524 kcal, 6376 kJoule	1483 kcal, 6210 kJoule
Fr., 24.07.	Jägerpfanne mit Pilzen ^{12,a,a1} Spätzle ^{a,a1,c} Kirschjoghurt ^{g1,g}	Bratwurst ¹⁶ Sauerkraut ^{1,2,16} Kartoffelstampf ^{g1,g} Kirschjoghurt ^{g1,g}
	827 kcal, 3474 kJoule	604 kcal, 2516 kJoule
Sa., 25.07.		
So., 26.07.		
Mo., 27.07.	Milchreis mit Zimt und Zucker ^{g1,g} Apfelmus ²	Kartoffelauflauf mit Gemüse, Schinken ^{1,2,16,g1,c,g,i} Apfel
	642 kcal, 2706 kJoule	455 kcal, 1891 kJoule
Di., 28.07.	Gemüse-Nudel-Pfanne ^{a,a1,c} Erdbeerjoghurt ^{g1,g}	Gulasch ^{4,12,a,a1,j} Salzkartoffeln Erdbeerjoghurt ^{g1,g}
	1451 kcal, 6088 kJoule	432 kcal, 1808 kJoule
Mi., 29.07.	Erbseneintopf ^{1,2,i} Schokopudding ^{g1,g}	Wirsingroulade ^{g1,g,j} Salzkartoffeln Schokopudding ^{g1,g}
	473 kcal, 1993 kJoule	457 kcal, 1902 kJoule
Do., 30.07.	Kartoffeltasche ^{a,a1,g1,g} Kräutersoße ^{12,a,a1} Apfel	Königsberger Klopse ^{12,a,a1,c} Salzkartoffeln Rote Beete ⁴ Apfel
	539 kcal, 2255 kJoule	703 kcal, 2920 kJoule
Fr., 31.07.	Eierragout ^{12,a,a1,c} Salzkartoffeln Kompott	Seelachs Backfisch ^{a,a1,d} Möhrengemüse ^{12,a,a1} Salzkartoffeln Kompott
	346 kcal, 1441 kJoule	520 kcal, 2168 kJoule

Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (3) mit Geschmacksverstärker; (4) mit Süßungsmittel; (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