

**Küche Teterow**

Tel.: 03996 / 131182

Speiseplan vom 01.09.2026 - 30.09.2026

Name, Vorname: _____

**Deutsches
Rotes
Kreuz**

Bitte Abgeben bis _____

Tag	Menü I	Menü II
Di., 01.09.	Pellkartoffeln Kräuterquark ^{g1,g} Blattsalat Grießdessert ^{a,a1,g1,g} 471 kcal, 1970 kJoule	Schweineschnitzel ^{a,a1} Blumenkohlgemüse ^{g1,g} Salzkartoffeln Grießdessert ^{a,a1,g1,g} 461 kcal, 1929 kJoule
Mi., 02.09.	Grießbrei ^{a,a1,g1,g} Kirschsuppe 532 kcal, 2229 kJoule	gefüllte Paprikaschote Salzkartoffeln Schokopudding ^{g1,g} 370 kcal, 1551 kJoule
Do., 03.09.	Bolognese ^{12,a,a1,i} Nudeln ^{a,a1} Fruchtquark ^{g1,g} 666 kcal, 2795 kJoule	Vegetarischer Kartoffelauflauf ^{g1,c,g,i} Fruchtquark ^{g1,g} 307 kcal, 1278 kJoule
Fr., 04.09.	Bechamelkartoffeln ^{12,a,a1,g1,g} Bockwurst ^{1,2,16} Buttermilchdessert ^{g1,g} 830 kcal, 3450 kJoule	Seelachs Nuggets ^{a,a1,g1,d,g,j} Kräutersoße ^{12,a,a1} Salzkartoffeln Buttermilchdessert ^{g1,g} 587 kcal, 2456 kJoule
Sa., 05.09.		
So., 06.09.		
Mo., 07.09.	Wurstgulasch ^{1,2,16,a,a1,i,j} Salzkartoffeln Apfel 555 kcal, 2313 kJoule	Champignon-Pfanne Schupfnudeln ^{a,a1,c} Apfel 550 kcal, 2312 kJoule
Di., 08.09.	Senfei ^{12,a,a1,c,j} Salzkartoffeln Möhrensalat Schokomilch ^{g1,g} 737 kcal, 3078 kJoule	Vegetarischer Nudelaufbau ^{a,a1,g1,g,i} Schokomilch ^{g1,g} 953 kcal, 4011 kJoule
Mi., 09.09.	Linseneintopf mit Kasselerfleisch ^{1,2,i} Vanillepudding ^{12,g1,g} 718 kcal, 3024 kJoule	Kasseler Steak ^{1,2} Apfel-Zwiebel Fett ^{2,12} Kartoffelstampf ^{g1,g} Vanillepudding ^{12,g1,g} 661 kcal, 2783 kJoule
Do., 10.09.	Pellkartoffeln Kräuterquark ^{g1,g} Krautsalat ² Birne 1524 kcal, 6376 kJoule	Hackbraten ^{12,a,a1,c,j} Salzkartoffeln Krautsalat ² Birne 1483 kcal, 6210 kJoule
Fr., 11.09.	Jägerpfanne mit Pilzen ^{12,a,a1} Spätzle ^{a,a1,c} Kirschjoghurt ^{g1,g} 827 kcal, 3474 kJoule	Bratwurst ¹⁶ Sauerkraut ^{1,2,16} Kartoffelstampf ^{g1,g} Kirschjoghurt ^{g1,g} 604 kcal, 2516 kJoule
Sa., 12.09.		
So., 13.09.		
Mo., 14.09.	Milchreis mit Zimt und Zucker ^{g1,g} Apfelmus ² 642 kcal, 2706 kJoule	Kartoffelaufbau mit Gemüse, Schinken ^{1,2,16,g1,c,g,i} Apfel 455 kcal, 1891 kJoule
Di., 15.09.	Gemüse-Nudel-Pfanne ^{a,a1,c} Erdbeerjoghurt ^{g1,g} 1451 kcal, 6088 kJoule	Gulasch ^{4,12,a,a1,j} Salzkartoffeln Erdbeerjoghurt ^{g1,g} 432 kcal, 1808 kJoule
Mi., 16.09.	Erbseintopf ^{1,2,i} Schokopudding ^{g1,g} 473 kcal, 1993 kJoule	Wirsingroulade ^{g1,g,j} Salzkartoffeln Schokopudding ^{g1,g} 457 kcal, 1902 kJoule
Do., 17.09.	Kartoffeltasche ^{a,a1,g1,g} Kräutersoße ^{12,a,a1} Apfel 539 kcal, 2255 kJoule	Königsberger Klopse ^{12,a,a1,c} Salzkartoffeln Rote Beete ⁴ Apfel 703 kcal, 2920 kJoule
Fr., 18.09.	Eierragout ^{12,a,a1,c} Salzkartoffeln Kompott 346 kcal, 1441 kJoule	Seelachs Backfisch ^{a,a1,d} Möhrengemüse ^{12,a,a1} Salzkartoffeln Kompott 599 kcal, 2496 kJoule
Sa., 19.09.		
So., 20.09.		
Mo., 21.09.	Steckrübeneintopf ^{1,2,i} Erdbeerfruchtmilch ^{12,g1,g} 350 kcal, 1471 kJoule	Schweinesteak Kohlrabi Gemüse ^{12,a,a1} Salzkartoffeln Erdbeerfruchtmilch ^{12,g1,g} 672 kcal, 2810 kJoule
Di., 22.09.	Kartoffel-Hack-Aufbau ^{g1,c,g} Kiwi 747 kcal, 3117 kJoule	Hähnchenschnitzel ^{a,a1} Mischgemüse ^{12,a,a1} Salzkartoffeln Kiwi 437 kcal, 1816 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

**Küche Teterow**

Tel.: 03996 / 131182

Speiseplan vom 01.09.2026 - 30.09.2026

Name, Vorname: _____

**Deutsches
Rotes
Kreuz**

Bitte Abgeben bis _____

Tag	Menü I		Menü II	
Mi., 23.09.	Kartoffelsuppe ^{1,2,i} Schnippelwurst ^{1,2,16} Schokopudding ^{g1,g}		Putengeschnetzeltes Salzkartoffeln Schokopudding ^{g1,g}	
	423 kcal, 1761 kJoule		333 kcal, 1396 kJoule	
Do., 24.09.	Käse-Schinken Soße ^{1,2,12,16,g1,g} Spätzle ^{a,a1,c} Banane		Hackschmorkohl Salzkartoffeln Banane	
	586 kcal, 2462 kJoule		400 kcal, 1673 kJoule	
Fr., 25.09.	Tomatensoße ^{12,a,a1} Nudeln ^{a,a1,c} Fruchtquark ^{g1,g}		Matjes ^{1,3,d} Remoulade ^{2,4,12,g1,c,g,j} Pellkartoffeln Fruchtquark ^{g1,g}	
	630 kcal, 2635 kJoule		559 kcal, 2319 kJoule	
Sa., 26.09.				
So., 27.09.				
Mo., 28.09.	Eierkuchen ^{a,a1,g1,c,g} Apfelmus ²		Hühnerfrikassee ^{2,12,a,a1,i} Reis Apfelmus ²	
	478 kcal, 2017 kJoule		702 kcal, 2952 kJoule	
Di., 29.09.	Paprika-Hackpfanne Salzkartoffeln Pfirsichjoghurt ^{g1,g}		Grillhaxe ² Sauerkraut ^{1,2,16} Salzkartoffeln Pfirsichjoghurt ^{g1,g}	
	389 kcal, 1634 kJoule		347 kcal, 1454 kJoule	
Mi., 30.09.	Kohlrabi-Möhren Eintopf Vanillepudding ^{12,g1,g}		Putengeschnetzeltes Reis Vanillepudding ^{12,g1,g}	
	240 kcal, 1008 kJoule		348 kcal, 1468 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