

**Küche Teterow**

Tel.: 03996 / 131182

Speiseplan vom 01.10.2026 - 31.10.2026

Name, Vorname: _____

**Deutsches
Rotes
Kreuz**

Bitte Abgeben bis _____

Tag	Menü I	Menü II
Do., 01.10.	Bockwurst ^{1,2,16} Himmel und Erde ² Mandarine ¹⁴	Bratklops ^{a,a1,c} Mischgemüse ^{12,a,a1} Salzkartoffeln Mandarine ¹⁴
	342 kcal, 1414 kJoule	567 kcal, 2362 kJoule
Fr., 02.10.	Hähnchenschnitzel ^{a,a1} Leipziger Allerlei Salzkartoffeln Buttermilchdessert ^{g1,g}	Seelachs Backfisch ^{a,a1,d} Kräutersoße ^{12,a,a1} Salzkartoffeln Buttermilchdessert ^{g1,g}
	264 kcal, 1112 kJoule	581 kcal, 2434 kJoule
Sa., 03.10.		
So., 04.10.		
Mo., 05.10.	Hefeklöße ^{a,a1,g1,c,g} Kirschsuppe	Hacksteak ^{a,a1,c,j} Letscho Salzkartoffeln Banane
	405 kcal, 1718 kJoule	2657 kcal, 11100 kJoule
Di., 06.10.	Vegetarische Gemüsepfanne ^{12,a,a1} Kartoffelspalten Grießdessert ^{a,a1,g1,g}	Schweineschnitzel ^{a,a1} Mischgemüse ^{12,a,a1} Salzkartoffeln Grießdessert ^{a,a1,g1,g}
	634 kcal, 2636 kJoule	644 kcal, 2684 kJoule
Mi., 07.10.	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., 08.10.	Schinkenspätzle ^{1,2,12,a,a1,c} Champignonsoße ^{1,2,12,g1,g} Apfelsaft	Kesseltulasch ^{4,j} Apfelsaft
	707 kcal, 2949 kJoule	264 kcal, 1112 kJoule
Fr., 09.10.	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., 10.10.		
So., 11.10.		
Mo., 12.10.	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., 13.10.	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., 14.10.	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., 15.10.	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., 16.10.	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., 17.10.		
So., 18.10.		
Mo., 19.10.	Kartoffelpuffer Apfelmus ² Pfirsichjoghurt ^{g1,g}	Geschnetzeltes vom Schwein ^{12,a,a1} Wachbohnen Reis Pfirsichjoghurt ^{g1,g}
	423 kcal, 1788 kJoule	557 kcal, 2336 kJoule
Di., 20.10.	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., 21.10.	Grießbrei ^{a,a1,g1,g} Kirschsuppe	gefüllte Paprikaschote Salzkartoffeln Schokopudding ^{g1,g}
	532 kcal, 2229 kJoule	370 kcal, 1551 kJoule
Do., 22.10.	Bolognese ^{12,a,a1,i} Nudeln ^{a,a1} Fruchtquark ^{g1,g}	Vegetarischer Kartoffelaufbau ^{g1,c,g,i} Fruchtquark ^{g1,g}

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 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 01.10.2026 - 31.10.2026

Name, Vorname: _____

**Deutsches
Rotes
Kreuz**

Bitte Abgeben bis _____

Tag	Menü I		Menü II	
	666 kcal, 2795 kJoule		307 kcal, 1278 kJoule	
Fr., 23.10.	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 Gurkensalat Buttermilchdessert ^{g1,g}	
	830 kcal, 3450 kJoule		647 kcal, 2706 kJoule	
Sa., 24.10.				
So., 25.10.				
Mo., 26.10.	Wurstgulasch ^{1,2,16,a,a1,i,j} Salzkartoffeln Apfel		Grütwurst ^{1,2,3,16,a,a7,g1,c,g,h,h7,i,j} Sauerkraut ^{1,2,16} Salzkartoffeln Apfel	
	555 kcal, 2313 kJoule		647 kcal, 2687 kJoule	
Di., 27.10.	Senfei ^{12,a,a1,c,j} Salzkartoffeln Möhrensalat Schokomilch ^{g1,g}		Vegetarischer Nudelaufbau ^{a,a1,g1,g,i} Schokomilch ^{g1,g}	
	737 kcal, 3078 kJoule		953 kcal, 4011 kJoule	
Mi., 28.10.	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}	
	718 kcal, 3024 kJoule		661 kcal, 2783 kJoule	
Do., 29.10.	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., 30.10.	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., 31.10.				

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 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