

**Speiseplan
vom 20.06. bis 26.06.2022**

| Woche 2 | Vollkost | Leichte Vollkost | Vegetarische Kost |
|----------------------------------|--|--|--|
| Montag 20.06.2022 | Hähnchenschnitzel mit Käse überbacken, Wokgemüse, fruchtiger Currysoße und Wildreisemix Nährwert: 582 kcal / Allergene: 1,6,7,9 | Fischragout mit Gemüsestreifen in Dillsoße und Kartoffeln Nährwert: 284 kcal / Allergene: 1,3,4,6,7,9,10 | Rührei mit Rahmspinat und Kartoffeln Nährwert: 351 kcal / Allergene: 1,3,7,a |
| Dienstag 21.06.2022 | Gyrosgeschnitzeltes mit Gemüsereis Nährwert: 357 kcal / Allergene: 1,3,6,7,9,10 | Nudeln Bolognese dazu geriebener Hartkäse Nährwert: 549 kcal / Allergene: 1,3,7,9,10 | Minestrone mit Vollkornbrot Nährwert: 308 kcal / Allergene: 1,3,6,9 |
| Mittwoch 22.06.2022 | Soljanka mit Vollkornbrot Nährwert: 305 kcal / Allergene: 1,7,9,10,b,d,h,i | Hähnchenbrustfilet mit Schwarzwurzeln in Rahmsoße und Kartoffelpüree Nährwert: 263 kcal / Allergene: 7,p | Gekochte Eier mit Senfsoße, Kartoffeln und Rote Bete Salat Nährwert: 423 kcal / Allergene: 3,7,i |
| Donnerstag 23.06.2022 | Chilli con Carne mit Reis Nährwert: 512 kcal / Allergene: 1,3,6,7,9,10 | Mediterraner Putenbraten mit Bratensoße, Kaisergemüse und Kartoffeln Nährwert: 272 kcal / Allergene: 1,6,7,8,9,10,11,b,c,h | Bergkäsenocken mit buntem Gemüse und Paprikasoße Nährwert: 494 kcal / Allergene: 1,3,7,8,9,10,b,i |
| Freitag 24.06.2022 | Backfisch mit Erbsen, Kartoffelpüree und Remouladensoße Nährwert: 381 kcal / Allergene: 1,3,4,6,7,9,10,p | Mecklenburger Kartoffelsuppe mit Bockwurst und Vollkornbrot Nährwert: 327 kcal / Allergene: 1,3,7,9,10,c,e,i | Asiatische Nudelpfanne mit Mungobohnen, Paprika und Bambussprossen Nährwert: 447 kcal / Allergene: 1,3,7,a |
| Samstag 25.06.2022 | Hähnchen "süß sauer" mit Reis Nährwert: 337 kcal / Allergene: 1,6 | Schweinegeschnitzeltes mit Champignonscheiben und Eierspätzle Nährwert: 366 kcal / Allergene: 1,3,6,10 | Käseschnitzel mit Ratatouillegemüse und Reis Nährwert: 404 kcal / Allergene: 1,3,7 |
| Sonntag 26.06.2022 | Bratwurst mit Blumenkohl und Kartoffelpüree Nährwert: 362 kcal / Allergene: 1,6,7,9,10,p | Putenbruststeak mit Rahmsoße, Gemüsemix und Kartoffeln Nährwert: 266 kcal / Allergene: | Spätzle-Pilzgemüsepfanne Nährwert: 540 kcal / Allergene: 1,6 |

| | | |
|--|--|--|
| <p>Alternativ können Sie täglich das Schmitzgericht oder eine Süßspeise wählen. Zu jeder Mittagsmahlzeit bieten wir Ihnen ein täglich wechselndes Dessert oder frisches Obst an. Die Kennzahlen beziehen sich auf Zusatzstoffe oder Allergene und werden Ihnen durch die Pflegepersonalmitarbeiter näher erläutert. Bei den genannten Nährwerten handelt es sich um kalkulatorische Durchschnittswerte. Für Fragen, Kritik und Anregungen stehen wir gern persönlich zur Verfügung oder Sie senden uns eine E-Mail: umr-service@umr-service.de</p> | <p align="center">Schnitzel "Wiener Art" mit Mischgemüse und Kartoffeln</p> <p align="center">Nährwert: 369 kcal / Allergene: 1,3,7,9,10</p> | <p align="center">Milchreis mit Zimt & Zucker</p> <p align="center">Nährwert: ~400 kcal / Allergene: c,1,3,6,7</p> |
|--|--|--|

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!