

**Speiseplan  
vom 27.03. bis 02.04.2023**

Woche 2	Vollkost	Leichte Vollkost	Vegetarische Kost
<b>Montag 27.03.2023</b>	Hähnchen "süß sauer" mit Reis  Nährwert: 522 kcal / Allergene: 1,6,7,9	Geflügelbratwürstchen mit Bratensoße, Kaisergemüse und Kartoffeln  Nährwert: 391 kcal / Allergene: 1,6,7,9,10	Rührei mit Rahmspinat und Kartoffeln  Nährwert: 374 kcal / Allergene: 1,3,7,p
<b>Dienstag 28.03.2023</b>	Schweinegeschnetzeltes mit Champignons, Paprika und Reis  Nährwert: 618 kcal / Allergene: 1,3,6,7,9,10	Frikadelle mit Kohlrabi in Rahmsoße und Kartoffeln  Nährwert: 235 kcal / Allergene: 1,2,3,4,6,7,9,10,p	Minestrone mit Tomaten, Muschelnudeln und viel Gemüse  Nährwert: 331 kcal / 1,3,9,a
<b>Mittwoch 29.03.2023</b>	Kasselerbraten mit Brauner Soße, Sauerkraut und Kartoffeln  Nährwert: 320 kcal / Allergene: 1,3,6,7,8,9,10,11,12,13,b,c,h	gedünstetes Seelachsfilet mit Brokkoli, Zitronensoße und Kartoffel  Nährwert: 325 kcal / Allergene: 1,3,6,7,10	Gemüseschnitzel in der Knusperpanade mit Mischgemüse und Kartoffeln  Nährwert: 429 kcal / Allergene: 1,3,6,b
<b>Donnerstag 30.03.2023</b>	Nudeln Bolognese dazu geriebener Hartkäse  Nährwert: 517 kcal / Allergene: 1,3,7,9,10,p	Hähnchenbrustfilet mit Kräuterrahmsoße, Gemüsemix und Spätzle  Nährwert: 309 kcal / Allergene: 1,6,7,8,9,10,11,b,c,h	Gemüsepuffer mit Waldorfsalat  Nährwert: 761 kcal / Allergene: 1,3,7,8,9,10,b,i
<b>Freitag 31.03.2023</b>	gegrilltes Seelachsfilet mit Buttererbsen und Kartoffelpüree  Nährwert: 455 kcal / Allergene: 1,4,6,7,9,10,p	Gekochtes Rindfleisch mit Meerrettichsoße, Karottengemüse und Kartoffeln  Nährwert: 342 kcal / Allergene: 1,3,7,9,10,c,e,i	Champignonulasch mit Rotkohl und Kartoffel  Nährwert: 353 kcal / Allergene: 1,7,a
<b>Samstag 01.04.2023</b>	Kartoffel-Möhrensuppe mit Wiener Würstchen  Nährwert: 341 kcal / Allergene: 1,7,i,p	Geflügeleintopf mit Wurzelgemüse  Nährwert: 351 kcal / Allergene: 7,p	Kartoffel- Möhrensuppe  Nährwert: 321 kcal / Allergene: 1,6,7,9,10,12,13
<b>Sonntag 02.04.2023</b>	Schnitzel "Wiener Art" mit Mischgemüse und Kartoffeln  Nährwert: 369 kcal / Allergene: 1,3,7,9,10	Putenrahmgeschnetzeltes mit Möhren und Reis  Nährwert: 378 kcal / Allergene: 7,9,10	Soja-Frikassee mit Möhren, Spargel, Erbsen und Reis  Nährwert: 479 kcal / Allergene: 1,6



Alternativ können Sie täglich das Schnitzelgericht 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 Verpflegungsmitarbeiter 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: <a href="mailto:umr-service@umr-service.de">umr-service@umr-service.de</a>	Schnitzel mit Mischgemüse und Kartoffeln  Nährwert: 369 kcal / Allergene: 1,3,7,9,10	Milchreis mit Zimt & Zucker  Nährwert: -400 kcal / Allergene: c,1,3,6,7
--	---	---

**Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!**