

Woche 3	Vollkost	Leichte Vollkost	Vegetarische Kost
Montag 11.01.2021	Hähnchenkebab mit Gemüse-Reis ^{50,58} und Tzatziki ^{56,59} Nährwert: 644 kcal	Seelachsragout mit Dill ^{1,16,50,52,53,55,56,58,59} dazu Kartoffelpüree ⁵⁶ und Mischsalat mit Joghurdressing ^{52,56,58,59} Nährwert: 360 kcal	Exotische Frühlingsrollen ^{50,52,55,56,58} dazu Soja-Wokgemüse ^{50,55,58} und süßsaure Sauce ^{1,50,53,55,58} Nährwert: 501 kcal
Dienstag 12.01.2021	Currywurstscheiben ^{50,52} mit würziger Currysauce dazu Kartoffelecken Nährwert: 609 kcal	Schweinegeschnetzeltes in Rahmsauce dazu Reis und Möhrensalat ^{2,3} Nährwert: 445 kcal	Bunte Gnocchi's ^{50,52,56,55,58} mit Tomaten-Basilikumsauce ⁵⁶ und mediterranem Gemüse ^{50,55,56,58,59} Nährwert: 377 kcal
Mittwoch 13.01.2021	Kasslerbraten ^{2,3} mit Bratensauce ⁵⁹ , dazu Sauerkraut ^{3,58} und Kartoffeln Nährwert: 312 kcal	Geflügelfrikadelle ^{50,52,56,58,59} dazu Broccoli ^{50,55,56,58,59} in Rahmsauce ⁵⁶ und Kartoffelpüree ^{16,56} Nährwert: 310 kcal	Orientalische Couscouspfanne mit buntem Gemüse ^{16,50,52,56,58} und pikanter Sauce Nährwert: 548 kcal
Donnerstag 14.01.2021	Pikantes Chili con Carne ^{16,50,52,55,56,58,59} mit Reis Nährwert: 500 kcal	Putenbruststeak mit Rahmsauce ⁵⁶ Gemüsemix ^{50,52,56,58} und Kartoffelpüree ^{16,56} Nährwert: 329 kcal	Jägerpfanne mit Mischpilzen und feiner Käsecreme ^{1,8,16,50,52,56,58} dazu Schupfnudeln ⁵⁰ Nährwert: 465 kcal
Freitag 15.01.2021	Kutter-Fischfrikadellen ^{50,51,52,53,55,56,58,59,63} mit Zitronenrahmsauce ⁵ , Möhrengemüse ^{50,52,56,58} und Kartoffeln Nährwert: 435 kcal	Hühner-Nudeleintopf mit buntem Gemüse ^{50,52,55,56,58,59} dazu Vollkornbrot ^{50,55,56,57,60} Nährwert: 445 kcal	Feta-Spinat-Tasche ^{1,16,50,52,55,56,57} mit Blattspinat in Rahmsauce ^{1,50,56} Nährwert: 477 kcal
Samstag 16.01.2021	Hähnchenkeulensteak, mit Bratensauce ⁵⁹ , dazu Apfelrotkohl und Kartoffeln Nährwert: 445 kcal	Nudeln ^{50,52} mit Bolognesesauce ^{50,51,52,53,54,55,56,57,58,59,60,61,63} dazu geriebener Hartkäse ^{2,52,56} Nährwert: 588 kcal	Gebackener Wiener Gemüstrudel ^{50,52,56,58} dazu Kräutersauce ⁵⁸ Nährwert: 284 kcal
Sonntag 17.01.2021	Rindfleischgeschnetzeltes "Stroganoff" ^{50,52,56,58,59} mit Spätzle ^{50,52,55} Nährwert: 334 kcal	Deftiger Schweinebraten mit Rahmsauce, ^{50,52,56,58,59} dazu Wachbohngemüse ^{50,52,56,58} und Kartoffeln Nährwert: 260 kcal	Kleine Kartoffeln mit Kräuterquark ⁵⁶ und Gurkensalat ^{2,3,9,50,51,53,55,56,57,58,59} Nährwert: 345 kcal

Änderungen im Speiseplan aus aktuellem Anlass sind vorbehalten! Zusätzlich können Sie auch unser **Schnitzelgericht** oder aus unserem **Süßspeisenangebot** wählen. Weitere Informationen finden Sie auf der Rückseite. Zu jeder Mittagsmahlzeit bieten wir Ihnen unser täglich wechselndes Dessert oder frisches Obst an.

Die Kennzahlen beziehen sich auf Zusatzstoffe und Allergene, welche auf der Rückseite und in unserer Patientenbroschüre näher erläutert werden. Bei den angegebenen Nährwerten handelt es sich um kalkulatorische Durchschnittswerte. Für weitere Fragen, Kritik und Anregungen stehen wir Ihnen gerne persönlich während der Speisenabfrage oder unter der E-Mailadresse UMRService@umr-service.de zur Verfügung.

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!