



| Woche 2  | Vollkost   | Angepasste Vollkost (AVK)  | Vegetarische Kost   |
|--|--|--|---|
| <b>Montag<br/>06.07.2026</b>   | <b>Vegetarisches Tikka Masala</b><br>Gemüsesoße, Eiwürfel, Rosinen, Cashewnüsse,<br>Reis<br>Nährwert: 524 kcal / Allergene: 1,3,7,8,10,h | <b>Geflügelbratwurst</b><br>Bratensoße, Kaisergemüse, Kartoffeln<br>Nährwert: 411 kcal / Allergene: 7,9                            | <b>Rührei</b><br>Rahmspinat und Kartoffeln<br>Nährwert: 296 kcal / Allergene: 1,3,7,9,a                                       |
| <b>Dienstag<br/>07.07.2026</b>   | <b>Steinbeißerfilet</b><br>Aubergine, Zucchini, Paprika, Tomaten, Reis<br>Nährwert: 503 kcal / Allergene: 1,4,a                          | <b>Frikassee vom Landhuhn</b><br>Spargel, Champignon, Kapern, Reis<br>Nährwert: 470 kcal / Allergene: 7,12,13,a,c,e                | <b>italienische Muschelnudeleintopf</b><br>Gemüse, Tomatenwürfel, Basilikum<br>Nährwert: 194 kcal / 1,3,9,a                   |
| <b>Mittwoch<br/>08.07.2026</b>   | <b>Puszttagulasch vom Schwein</b><br>Zwiebelsoße, Paprika, Kartoffeln<br>Nährwert: 476 kcal / Allergene: 1,10,a                          | <b>Vegetarische Maultaschen</b><br>Gemüsebrühe, Gartengemüse, Kartoffelwürfel,<br>Kräuter<br>Nährwert: 275 kcal / Allergene: 1,3,9 | <b>Rucola-Süßkartoffelschnitte</b><br>Kräutersoße, Brokkoli, Kartoffelpüree<br>Nährwert: 353 kcal / Allergene: 1,7            |
| <b>Donnerstag<br/>09.07.2026</b>   | <b>Fruchtiges Putencurry</b><br>Currysoße, Ananas, Pfirsich, Reis<br>Nährwert: 404 kcal / Allergene: 7,c,d                               | <b>Braten vom Jungschwein</b><br>Bratensoße, Kaisergemüse, Kartoffeln<br>Nährwert: 312 kcal / Allergene: Keine                     | <b>Grießbrei</b><br>Beerengrütze<br>Nährwert: 419 kcal / Allergene: 1,7   |
| <b>Freitag<br/>10.07.2026</b>  | <b>Hähnchen-Gyros</b><br>Kräuterquark, Gemüse-Reis<br>Nährwert: 486 kcal / Allergene: 7  | <b>Lachsfilet</b><br>Vier-Käse-Soße, Spinat, Nudeln<br>Nährwert: 695 kcal / Allergene: 1,4,7                                       | <b>Gnocchi-Pfanne</b><br>Kürbis, Karotten, Sojabohne, Brokkoli, Curry,<br>Kokosmilch<br>Nährwert: 388 kcal / Allergene: 1,3,6 |
| <b>Samstag<br/>11.07.2026</b>  | <b>Gulaschsuppe</b><br>Kartoffel, Schweinefleisch, Paprika, Champignons<br>Nährwert: 275 kcal / Allergene: 1                             | <b>Mecklenburger Kartoffeleintopf</b><br>Gemüse, Geflügel-Wiener<br>Nährwert: 390 kcal / Allergene: 9,b,c,h                        | <b>Mecklenburger Kartoffeleintopf</b><br>Gemüse<br>Nährwert: 162 kcal / Allergene: 9  |
| <b>Sonntag<br/>12.07.2026</b>  | <b>Schnitzel "Wiener Art"</b><br>Mischgemüse, Rahm, Kartoffeln<br>Nährwert: 380 kcal / Allergene: 1,3                                    | <b>Rinderbraten</b><br>Bratensoße, Brokkoli, Kartoffeln<br>Nährwert: 353 kcal / Allergene: Keine                                   | <b>Napoli Röllchen</b><br>Veganes Hack, Ratatouille, Tomate<br>Nährwert: 453 kcal / Allergene: 1,6,a                          |
| <p>Alternativ können Sie täglich das Schnitzelgericht oder eine Süßspeise wählen.<br/>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:umrservice@umr-service.de">umrservice@umr-service.de</a></p> |  | <p><b>Schnitzel "Wiener Art"</b><br/>Mischgemüse, Rahm, Kartoffeln<br/>Nährwert: 380 kcal / Allergene: 1,3</p>                     | <p><b>Milchreis</b><br/>Zimt &amp; Zucker<br/>Nährwert: 460 kcal / Allergene: 1</p>   |

**Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!**