

Speiseplan vom 13.10. bis 19.10.2025

Woche 3	Vollkost	Angepasste Vollkost	Vegetarische Kost
Montag 13.10.2025	Hähnchen "Süß Sauer" mit Reis	Geflügelfrikadelle mit Bratensoße, Romanesco und Kartoffeln	Spinatstrudel mit Fetakäse und Krautersoße
	Nährwert: 337 kcal / Allergene: 1,8	Nährwert: 383 kcal / Allergene: 1,3,6,7,9,10	Nährwert: 429 kcal / Allergene: 1,3,6,b
Dienstag 14.10.2025	Hühnerfrikassee mit Spargel, Möhren, Erbsen und Reis	Rindergulasch mit Champignons und Kartoffeln	Kaiserschmarrn mit Zwetschgenröster
	Nährwert: 405 kcal / Allergene: 1,7,8,9,10	Nährwert: 579 kcal / Allergene: 1,3,6,7,9	Nährwert: 916 kcal / Allergene: 1,3,6,7,8
Mittwoch 15.10.2025	Hamburger Schnitzel mit Spiegelei, Erbsen und Kartoffelpüree	Hähnchenbrustfilet mit Rahmsoße, Brokkoli und Kartoffeln	Kichererbsencurry mit Reis
	Nährwert: 477 kcal / Allergene: 1,3,6,7,9,10,p	Nährwert: 394 kcal / Allergene: 1,3,6,7,9,10,c	Nährwert: 761 kcal / Allergene: 1,3,7,9,i
Donnerstag 16.10.2025	Kasslerbraten mit Bratensoße, Sauerkraut und Kartoffeln	gekochtes Rindfleisch mit Merrettichsoße, Möhrengemüse und Kartoffeln	Eieromelette mit Spinatsoße und Kartoffeln
	Nährwert: 322 kcal / Allergene: 1,3,6,7,8,9,10,11,12,13,b,c	Nährwert: 433 kcal / Allergene: 1,3,7,b,c	Nährwert: 327 kcal / Allergene: 1,6,7,9,10
Freitag 17.10.2025	Schweinegulasch mit Blumenkohl und Kartoffeln	Gedünstetes Seelachsfilet mit Möhrengemüse, Dillsoße und Kartoffeln	Gemüselasagne mit Tomatencremesoße
	Nährwert: 430 kcal / Allergene: 1,3,7,9,10	Nährwert: 266 kcal / Allergene: 1,3,4,6,7,9	Nährwert: 480 kcal / Allergene: 1,3,7,c
Samstag 18.10.2025	Linseneintopf mit Wiener Würstchen	Geflügeleintopf mit Wurzelgemüse	Linseneintopf
	Nährwert: 407 kcal / Allergene: 1	Nährwert: 413 kcal / Allergene: 1,3,6,7,8,10,11	Nährwert: 407 kcal / Allergene: 1
Sonntag 19.10.2025	Schnitzel "Wiener Art" mit Mischgemüse und Kartoffeln	Hähnchenfiletsspieß mit Brokkoli, Bratensoße und Kartoffeln	Käseschnitzel mit Mischgemüse und Kartoffeln
	Nährwert: 380 kcal / Allergene: 1,3	Nährwert: 386 kcal / Allergene: 1,3,6,7,9,10,c,e	Nährwert: 271 kcal / Allergene: 1,3,6,7
Alternativ können Sie täglich das Schnitzelgericht oder eine Suppe 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: umrservice@umr-service.de			
		Schnitzel "Wiener Art" mit Mischgemüse und Kartoffeln	Milchreis mit Zimt & Zucker
		Nährwert: 380 kcal / Allergene: 1,3	Nährwert: ~400 kcal / Allergene: c,1,3,6,7

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!