



**Speiseplan  
vom 19.01. bis 25.01.2026**

Woche 2	Vollkost	Anangepasste Vollkost (AVK)	Vegetarische Kost
<b>Montag 19.01.2026</b>	Hähnchen "süß sauer" mit Reis	Geflügelbratwurst mit Bratensoße, Kaisergemüse und Kartoffeln	Rührei mit Rahmspinat und Kartoffeln
	<b>Nährwert: 397 kcal / Allergene: 9</b>	<b>Nährwert: 411 kcal / Allergene: 1,7,9</b>	<b>Nährwert: 296 kcal / Allergene: 3,7,9,p</b>
<b>Dienstag 20.01.2026</b>	Schweinegeschnetzeltes mit Blumenkohl und Kartoffeln	Nudeln mit Bolognese und Hartkäse	Minestrone mit Tomaten, Muschelnudeln und viel Gemüse
	<b>Nährwert: 357 kcal / Allergene: 7,9</b>	<b>Nährwert: 566 kcal / Allergene: 1,7,3,b</b>	<b>Nährwert: 284 kcal/ 1,3,9,a</b>
<b>Mittwoch 21.01.2026</b>	Kasselerbraten mit Brauner Soße, Sauerkraut und Kartoffeln	gedünstetes Seelachsfilet mit Brokkoli, Zitronensoße und Kartoffeln	Gemüseschnitzel in der Knusperpanade mit Mischgemüse und Kartoffeln
	<b>Nährwert: 378 kcal / Allergene: 1,3,10,b,c,</b>	<b>Nährwert: 283 kcal / Allergene: 4,c</b>	<b>Nährwert: 315 kcal / Allergene: 1</b>
<b>Donnerstag 22.01.2026</b>	Frikadelle mit Rahmwirsing und Kartoffeln	Hähnchenbrustfilet mit Kräuterrahmsoße, Gemüsemix und Kartoffeln	Grießbrei mit Pflaumenkompott
	<b>Nährwert: 511 kcal / Allergene: 1,3,9,10</b>	<b>Nährwert: 308 kcal / Allergene: keine</b>	<b>Nährwert: 493 kcal / Allergene: 1,7,</b>
<b>Freitag 23.01.2026</b>	Paniertes Seelachsfilet mit Lauchcreme, Buttererbsen und Kartoffelpüree	Königsberger Klopse mit feiner Kaperensoße, Möhrengemüse und Kartoffeln	Blumenkohl- Käse- Medaillon mit Schnittlauchsoße und Kartoffelpüree
	<b>Nährwert: 513 kcal / Allergene: 1,3,4,7,9,10</b>	<b>Nährwert: 473 kcal / Allergene: 7</b>	<b>Nährwert: 373 kcal / Allergene: 1,7,a</b>
<b>Samstag 24.01.2026</b>	Erbsensuppeneintopf	Möhrenkartoffeleintopf mit Wienerwürstchen	Möhrenkartoffeleintopf
	<b>Nährwert: 396 kcal / Allergene: 1,6,9,b</b>	<b>Nährwert: 400 kcal / Allergene: 9,b,c,h</b>	<b>Nährwert: 159 kcal / Allergene: 9</b>
<b>Sonntag 25.01.2026</b>	Schnitzel mit Mischgemüse und Kartoffeln	Rinderbraten mit Bratensoße, Brokkoli und Kartoffeln	Thai-Curry mit Reis
	<b>Nährwert: 393 kcal / Allergene: 1,3</b>	<b>Nährwert: 335 kcal / Allergene: keine</b>	<b>Nährwert: 449 kcal / Allergene: 9</b>
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: umrservice@umr-service.de		Schnitzel mit Mischgemüse und Kartoffeln  <b>Nährwert: 371 kcal / Allergene: 1,3</b>	Milchreis mit Zimt & Zucker  <b>Nährwert: ~400 kcal / Allergene: c,1,3,6,7</b>

**Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!**