

Speiseplan

vom 28.09.2026 bis 04.10.2026

Woche 2	plant- based	Vollkost	Angepasste Vollkost
Montag 28. Sep	Rührei <i>Rahmspinat, Kartoffeln</i> Nährwert: 296 kcal / Allergene: 1,3,7,9,a	Vegetarisches Tikka Masala <i>Gemüsesoße, Ei, Rosinen, Cashewnüsse, Reis</i> Nährwert: 524 kcal / Allergene: 1,3,7,8,10,h	Geflügelbratwurst <i>Bratensoße, Kaisergemüse, Kartoffeln</i> Nährwert: 411 kcal / Allergene: 7,9
Dienstag 29. Sep	Italienische Muschelnudeleintopf <i>Gemüse, Tomatenwürfel, Basilikum</i> Nährwert: 194 kcal / Allergene: 1,3,9,a	Steinbeißerfilet <i>Aubergine, Zucchini, Paprika, Reis</i> Nährwert: 503 kcal / Allergene: 1,4,a	Frikassee vom Landhuhn <i>Spargel, Champignon, Möhren, Kapern, Reis</i> Nährwert: 470 kcal / Allergene: 7,12,13,a,c,e
Mittwoch 30. Sep	Rucola-Süßkartoffelschnitte <i>Kräutersoße, Brokkoli, Kartoffelpüree</i> Nährwert: 394 kcal / Allergene: 1,7	Pusztagulasch vom Schwein <i>Zwiebel, Paprika, Kartoffeln</i> Nährwert: 476 kcal / Allergene: 1,10,a	Vegetarische Maultaschen <i>Gemüsebrühe, Gartengemüse, Kartoffelwürfe, Kräuter</i> Nährwert: 275 kcal / Allergene: 1,3,9
Donnerstag 01. Okt	Grießbrei <i>Beerengrütze</i> Nährwert: 419 kcal / Allergene: 1,7	Fruchtiges Putencurry <i>Currysoße, Ananas, Pfirsich, Reis</i> Nährwert: 404 kcal / Allergene: 7,c,d	Braten vom Jungschwein <i>Bratensoße, Kaisergemüse, Kartoffeln</i> Nährwert: 312 kcal / Allergene: Keine
Freitag 02. Okt	Gnocchi-Pfanne <i>Kürbis, Karotten, Soja, Brokkoli, Curry</i> Nährwert: 388 kcal / Allergene: 1,3,6	Hähnchen-Gyros <i>Kräuterquark, Gemüse-Reis</i> Nährwert: 486 kcal / Allergene: 7	Lachsfilet <i>Vier-Käse-Soße, Spinat, Nudeln</i> Nährwert: 695 kcal / Allergene: 1,4,7
Samstag 03. Okt	Mecklenburger Kartoffeleintopf <i>Gemüse</i> Nährwert: 162 kcal / Allergene: 9	Gulaschsuppe <i>Kartoffel, Schweinefleisch, Paprika, Champignons</i> Nährwert: 275 kcal / Allergene: 1	Mecklenburger Kartoffeleintopf <i>Gemüse, Geflügel-Wiener</i> Nährwert: 390 kcal / Allergene: 9,b,c,h
Sonntag 04. Okt	Napoli Röllchen <i>Soja, Ratatouille, Tomate</i> Nährwert: 453 kcal / Allergene: 1,6,a	Schnitzel "Wiener Art" <i>Mischgemüse, Rahm, Kartoffeln</i> Nährwert: 380 kcal / Allergene: 1,3	Rinderbraten <i>Bratensoße, Brokkoli, Kartoffeln</i> Nährwert: 353 kcal / Allergene: Keine
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 "Wiener Art" <i>Mischgemüse, Rahm, Kartoffeln</i> Nährwert: 380 kcal / Allergene: 1,3	Milchreis <i>Zimt, Zucker</i> Nährwert: 460 kcal / Allergene: 7