

| Woche 3                          | Vollkost                                                                      | Angepasste Vollkost (AVK)                                  | Vegetarische Kost                               |
|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| <b>Montag<br/>30.03.2026</b>     | Schweinegulasch mit Rosenkohl und Kartoffeln                                  | Geflügelfrikadelle mit Brechbohnen in Rahm dazu Kartoffeln | Frühlingsrolle mit Pikanter Soße und Gemüsereis |
|                                  | Nährwert: 475 kcal / Allergene: 1,3,7,c a                                     | Nährwert: 376 kcal / Allergene: 1,3,7,10,c,p               | Nährwert: 491 kcal / Allergene: 1,3,6,a         |
| <b>Dienstag<br/>31.03.2026</b>   | Hokifilet "Müllerin Art" mit Möhrengemüse, Kartoffelpüree und Remouladensoßen | Rindergulasch mit Champignons und Nudeln                   | Kaiserschmarrn mit Zwetschgenröster             |
|                                  | Nährwert: 394 kcal / Allergene: 10                                            | Nährwert: 579 kcal / Allergene: 1,3,6,7,9,b,c,e            | Nährwert: 906 kcal / Allergene: 1,3,6,7,8       |
| <b>Mittwoch<br/>01.04.2026</b>   | Grünkohlpfanne mit Knacker und Senf                                           | Hühnerfrikassee mit Reis                                   | Kichererbsencurry mit Reis                      |
|                                  | Nährwert: 570 kcal / Allergene: 7,10,9,10,b,c,h,p                             | Nährwert: 383 kcal / Allergene: 1,3,6,7,9,10               | Nährwert: 304 kcal / Allergene: 1,3,7           |
| <b>Donnerstag<br/>02.04.2026</b> | Bratwurst mit Sauerkraut und Kartoffelpüree                                   | Schweinebraten mit Bratensoße, Blumenkohl und Kartoffeln   | Thai - Nudelpfanne                              |
|                                  | Nährwert: 560 kcal / Allergene: 1,3,6,7,9,10,b                                | Nährwert: 413 kcal / Allergene: 1,3,6,7,8,10,11            | Nährwert: 391 kcal / Allergene: 1,3,7,9,i       |
| <b>Freitag<br/>03.04.2026</b>    | Jägerschnitzel mit Nudeln und Tomatensauce                                    | Gedünstetes Wildlachfilet mit Penne Quattro Formaggi       | Eieromelette mit Spinatsoße und Kartoffeln      |
|                                  | Nährwert: 430 kcal / Allergene: 1,3,7,9,10                                    | Nährwert: 306 kcal / Allergene: 1,3,4,6,7,9                | Nährwert: 490 kcal / Allergene: 1,3,6,9         |
| <b>Samstag<br/>04.04.2026</b>    | Gulaschsuppe                                                                  | Gemüse Eintopf mit Geflügelwienner                         | Gemüse Eintopf                                  |
|                                  | Nährwert: 277 kcal / Allergene: 1,3,6,7,8,9,10,11,c                           | Nährwert: 386 kcal / Allergene: 1,3,6,7,9,10,c,e           | Nährwert: 392 kcal / Allergene: 9               |
| <b>Sonntag<br/>05.04.2026</b>    | Rinderroulade mit Bratensoße, Rotkohl und Kartoffeln                          | Geflügelbratwurst mit Mischgemüse und Kartoffeln           | Bulgurgemüsepfanne                              |
|                                  | Nährwert: 369 kcal / Allergene: 1,3,7,9,10                                    | Nährwert: 393 kcal / Allergene: 1,3,6,7,9,10,c             | Nährwert: 461 kcal / Allergene: 1,3,6,7         |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                             |                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|--------------------------------------------|
| 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> | Schnitzel<br>mit Mischgemüse und Kartoffeln | Milchreis mit Zimt & Zucker                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Nährwert: 371 kcal / Allergene: 1,3         | Nährwert: ~400 kcal / Allergene: c,1,3,6,7 |

**Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!**