



Der Genuss Bote

Speiseplan vom 12.01. bis 16.01.2026

| Datum | Essen A 5,50 (1/2 Portion 3,30) Diese Gerichte sind alle vegetarisch | Essen B 7,00 (1/2Portion 4,20) | Essen C 8,50 (1/2Portion 5,10) | Suppe |
|------------|--|---|--|--|
| Montag | H Winterliche Schupfnudel – Gemüsepfanne mit Kräutersauce (A,C,G) | H Wurstgulasch mit Paprika, Nudeln und Reibekäse (A,C,G) | Fischfilet mit Spinatgratinierter, Kräutersauce und Kartoffelecken (A,C,G) | Linseneintopf (A,G,I) |
| Dienstag | H Blumenkohl – Süßkartoffel Curry mit Kokosmilch und Basmatireis | Hühnerkeule mit Paprikasauce und Kartoffeln (A,G,I) | Hähnchen Burger „Teriyaki“ mit Chinakohl, Sauce, Gurke und Pommes frites | Kraut – Hackfleischttopf (2,4,A,G,I) |
| Mittwoch | Brokkoli – Kartoffel Gratin mit Käse überbacken (A,C,G) | Bratwurst mit Sauerkraut, Sauce, Senf und Kartoffelpüree (A,G) | H Wildgulasch „Hubertus“ mit Pilzen und Spätzle (A,C,G) | Curry – Gemüse Eintopf mit Hähnchen (A,C,G) |
| Donnerstag | H Levantinischer Reis mit Bohnen – Tomaten Ragout (A,G) | H Hühnerfrikassee mit Gemüse und Reis (A,G) | Schweineschnitzel Wiener Art mit frischem Marktgemüse und Pommes frites (A,C,G,I) | Gemüsecreme Suppe (A,G,I) |
| Freitag | H Schmor Gemüse mit Bulgur und Feta (A,G) | Frikadelle mit Pilzrahmsauce und Kartoffeln (A,C,G) | Fischfilet in Käse – Ei Hülle gebacken mit Nudeln und Tomatensauce (A,C,G,I) | Soljanka mit Schmand |

Alle Speisen auch zum Mitnehmen! / Änderungen vorbehalten! / „H“ halbe Portion / „W“ Wertvoll = Gerichte sind Proteinreich, wenig Fett, viel Gemüse

Zusatzstoffe: 1. Farbstoff 2. Konservierungsstoff 3.Nitrit Pökelsalz 4. Antioxidationsmittel 5.Geschmacksverstärker 6.Geschwefelt 7. Geschwärzt 8.Gewachst 9. Süßungsmittel 10.Phosphat 11. Koffein

Allergene: A. Gluten, B. Krebstiere, C. Eier, D. Fisch, E. Erdnüsse, F. Soja, G. Milch, H. Schalenfrüchte, I. Sellerie, J. Senf, K. Sesam, L. Lupine, M. Weichtiere, N. Schwefeldioxid