



Der Genuss Bote

Speiseplan vom 20.04. bis 24.04.2026

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	Nudelgratin mit Gemüse und Käsekruste (A,C,G)	H Kraut – Hackfleisch – Schupfnudel Pfanne mit Kräutersauce (A,C,G)	Asiatisches - Seelachsfilet mit Gemüsereis und Currysauce (A,G)	Kartoffelsuppe mit Würstchen (2,3,A,G)
Dienstag	H Linse Dahl mit Kokosmilch und Kräuterreis	„Shepard Pie“ (Hackfleisch, Gemüse, Kartoffelpüree) (A,G)	Big Rip Burger mit BBQ Sauce, Zwiebeln, Essiggurken und Pommes Frites	Bohneneintopf mit Speck (2,4,A,G,I)
Mittwoch	H Rahmspinat mit Spiegelei und Kartoffeln (A,C,G)	Fleischkäse – Schnitzel mit Kartoffelsalat und Spiegelei (A,C,G)	Hähnchen „Piccata“ auf Tomatenragout an Penne Rigate (A,C,G)	Nudelsuppe mit Hähnchen (5)
Donnerstag	H Grießbrei mit Apfelmus und Zimt – Zucker (A,G)	H Hühnerfrikassee mit Kräuter - Reis (A,G)	H Gyros mit Krautsalat, Hausgemachtem Zaziki und Pommes frites (5,A,G)	Tomatensuppe
Freitag	Kartoffel – Blumenkohl – Gratin mit Käse überbacken (A,C,G)	H Thai Bolognese mit Asia – Gemüse und Nudeln (A)	Fischfilet im Kartoffelteig gebacken mit gemischtem Salat und Kräuterquark (A,C,G,I)	Soljanka mit Schmand (3,4,A)

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