



Der Genuss Bote

Speiseplan vom 01.06. bis 05.06.2026

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 Kartoffel – Blumenkohl Auflauf mit Käse überbacken (A,C,G)	H Züricher Schweinegeschnetzeltes mit Nudeln (3,4,5,A,G)	Seelachs mit Dillsaucen Karotten und Kartoffeln (A,G)	Bärlauch Suppe mit Crouton (A,G)
Dienstag	H Rahmspinat mit Spiegelei und Kartoffeln (A,C,G)	Hackbraten mit Speckbohnen und Kartoffelpüree (A,C,G)	Pulled Pork Burger mit Speck, Krautsalat und Pommes frites (A,C,G,K,J)	Nudelsuppe mit Hühnchen (2,4,5,A,G)
Mittwoch	H Linsen Dahl mit Kichererbsen, Gemüse und Reis	Rösti mit Würzfleisch überbacken und Blattsalat (A,C,G)	H Schweinesteak „Strindberg“ mit Kartoffelecken und Bohnen – Gurken Salat (A,C,G,I)	Minestrone mit Reis
Donnerstag	H Milchreis mit Erdbeere – Rhabarber Kompott und Zimt Zucker (A,G)	H Hühnerfrikasseé mit Gemüse und Reis (A,G)	H Spargel mit Sauce Hollandaise und Petersilien - Kartoffeln (A,C,G)	Linsensuppe mit Würstchen (G)
Freitag	H Pasta Arrabiatta mit Parmesan und Rucola (A,G)	H Thai Bolognese mit Asia – Gemüse und Nudeln (A,I)	Fischfilet im Kartoffelteig gebacken mit gemischtem Salat und Kräuterquark (A,C,G,I)	Chili con Carne mit Schmand (A,G)

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