



Der Genuss Bote

Speiseplan vom 20.10. bis 24.10.2025

Datum	Essen A 5,00 (1/2 Portion 2,60) Diese Gerichte sind alle vegetarisch	Essen B 6,20 (1/2Portion 3,40)	Essen C 7,50 (1/2Portion 3,90)	Suppe
Montag	H Pasta „Rosso“ Tomaten Pesto mit Rucola und Parmesan (A,H,G,I)	H Asiatischer Reis mit Hähnchenstreifen und Süß Sauersauce (A,G)	Entenkeule mit Rotkraut und Servietten Knödel (A,C,G)	Spinat Garnelen Eintopf (A,B,G,I)
Dienstag	H Herbstliche Pilz – Gemüsepfanne mit Schupfnudeln (A,G)	H Thüringer Hackfleisch Pfanne mit Lauch, Bohnen und Kartoffeln (A,G,I)	Alm Burger mit Röstli, Käse, Specksauce, Feldsalat und Pommes frites (A,C,G,K,I)	Kürbiscreme Suppe (G)
Mittwoch	H Ofenkartoffeln mit Kräuterquark mit buntem Salat (G)	Paprika gefüllt mit Hackfleisch, Sauce und Kartoffelpüree (A,C,G)	Fischfilet mit Dillsauce, Blumenkohlgemüse und Kartoffeln (A,G)	Curry – Gemüse Eintopf
Donnerstag	H Sellerie Schnitzel mit Rahm Erbsen und Kartoffeln (A,G,I)	Gebackener Feta mit Gurken – Tomatensalat und Baguette (A,C,G)	Steak Strindberg mit Bohnensalat und Pommes frites (A,C,G,I)	Gulaschsuppe (A,I)
Freitag	H Rahmspinat mit Spiegelei und Kartoffeln (A,G)	Mediterraner Nudelaufbau mit Hühnchen und Gemüse, Mozzarella (A,C,G)	Matjesfilet „Hausfrauen Art“ mit Kartoffeln (G)	Grünkohleintopf mit Knacker (A,G)

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