



Der Genuss Bote

Speiseplan vom 26.10. bis 30.10.2026

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 Chili sin Carne mit Reis und Schmand (A,G,I)	H Jagdwurstwürfel in Oma's Tomatensauce mit Nudeln und Reibekäse (A,G)	Rotbarsch mit gebratenem Pfannengemüse und Reis (A,G)	Krauteintopf mit Speck (A,G,I)
Dienstag	H Pilzgulasch mit Gemüse und Semmelknödeln (A,C,G,I)	H Hühnchen Curry mit Linsen und Couscous	Burger „Strindberg“ mit Senf Dip, Spiegelei, Zwiebel, Salat und Pommes Frites (A,C,G,K,J)	Tomatensuppe mit Nudeln (A,G)
Mittwoch	H Fenchel Möhren Grumbel mit Parmesanstreusel und Drillingen, Dip (A,G)	Bifteki mit Feta gefüllt, Tomatengemüse und Grillkartoffel (A,C,G)	Backfisch mit Remouladensauce und Kartoffel-Gurken Salat (A,C,G)	Chili con Carne mit Schmand (A,G,I)
Donnerstag	Spinatquiche mit Ziegenkäse und Salat (A,G)	H Pasta Gratin Toscana mit Hühnchen und Käse (A,G)	Schweineschnitzel Ungarisch mit Paprika – Zwiebelsauce und Pommes frites (A,C,G)	Kürbis – Süßkartoffel Suppe (G)
Freitag	H Pasta Arabiata mit Grillgemüse, Parmesan und Rucola (A,G,I)	Bayrischer Leberkäs mit Spiegelei und süßem Senf auf Bratkartoffeln (2,4,A,G)	Piccata vom Hühnchen mit Tomatensauce und Rigatoni (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