



Der Genuss Bote

Speiseplan vom 12.10. bis 16.10.2026

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 Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung und Gurken – Tomaten Salat (A,C,G,I)	Italienische Lasagne mit Käse überbacken (A,C,G,I)	Rotbarsch im Tempurateig gebacken mit Gemüsecurry und Reis (A,C,G,I)	Mexikanischer Fleischtopf (A,G,I)
Dienstag	H Semmelknödel in Waldpilzrahmsauce (A,C,G)	H Indisches Hühnchen - Curry mit Linsen, Kichererbsen und Kokosmilch an Reis (F,I,K)	Chili Cheese Burger mit Käsesauce, Jalapeños, Salat, Tomate, Beef und Pommes frites (A,C,G,K,I)	Graupensuppe mit Speck (A,G,I)
Mittwoch	H Orientalischer Teller mit Spinatstange, Falafel, Dip und Linsensalat (A,C,G,I,K)	H Münchner Spätzlepfanne mit Leberkäse, Wirsing, Gemüse und Sauce	H Gulasch vom Schwein mit Rotkraut und Thüringer Klößen (A,G,I)	Pizza Suppe (A,G,I)
Donnerstag	H Gemüseteller mit Kartoffeln und Sauce Hollandaise (A,C,G)	Schweineschnitzel „Wiener Art“ mit Gurken – Kartoffel Salat (A,C,G)	H Pulled Pork mit Farmersalat, BBQ Sauce und Pommes frites (A,C,G,I)	Kürbis – Kokos Suppe (A,G)
Freitag	H Nudeln ai Olio mit Parmesan und Rucola (A,G)	H Hühnchengeschnetzeltes mit Pilzen, Kürbis und Nudeln (A,G)	Tilapiafilet im Kartoffelteig gebacken mit Kräuterquark und Salat (A,C,G)	Kartoffel - Eintopf mit Würstchen (2,3,A,G,I)

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