

SPEISEPLAN

für die Woche

21.09.2026 - 25.09.2026



Tag	Menü I	Menü II
Montag 21.09.2026	Wirsing-Kartoffelauflauf mit Käse überbacken ^{B, H, M} Salat ^{B, D, H, J, K, 1, 2, 21, 22, 43, 44} Fruchtjoghurt ^{B, H, 7, 10, 12} 508 kcal; 28 g Fett; 40 g KH; 20 g Eiweiß	Schaschlikgulasch mit Paprika und Zwiebeln ^{A, AA} Nudeln ^{A, AA} Salat ^{B, D, H, J, K, 1, 2, 21, 22, 43, 44} Fruchtjoghurt ^{B, H, 7, 10, 12} 665 kcal; 29 g Fett; 66 g KH; 35 g Eiweiß
Dienstag 22.09.2026	Gnocchi-Pfanne mit bunten Gemüse ^{B, H} Salat ^{B, D, H, J, K, 1, 2, 21, 22, 43, 44} Stracciatella-Joghurt ^{B, H} 726 kcal; 29 g Fett; 88 g KH; 23 g Eiweiß	Chili con Carne ^{A, AA, G} Reis Salat ^{B, D, H, J, K, 1, 2, 21, 22, 43, 44} Stracciatella-Joghurt ^{B, H} 862 kcal; 38 g Fett; 97 g KH; 32 g Eiweiß
Mittwoch 23.09.2026	Moussaka mit Schafskäse und Bechamel ^{B, H} Salat ^{B, D, H, J, K, 1, 2, 21, 22, 43, 44} Gebäck ^{A, AA, B, D, G, H} 861 kcal; 49 g Fett; 71 g KH; 32 g Eiweiß	Bratwurst ² Pikante Soße ^{A, AA} Blumenkohl in Rahm ^{B, H} Kartoffeln Gebäck ^{A, AA, B, D, G, H} 841 kcal; 43 g Fett; 74 g KH; 39 g Eiweiß
Donnerstag 24.09.2026	Bulgurgemüsepfanne ^{A, AA, J} Joghurtdip ^{B, H} Salat ^{B, D, H, J, K, 1, 2, 21, 22, 43, 44} Vanillecreme mit Rhabarber ^{B, H, 12} 520 kcal; 20 g Fett; 67 g KH; 15 g Eiweiß	Fischfilet ^{A, AA, E} Remouladensoße ^{B, D, H, K, 2, 4, 12} Kartoffeln Salat ^{B, D, H, J, K, 1, 2, 21, 22, 43, 44} Vanillecreme mit Rhabarber ^{B, H, 12} 910 kcal; 54 g Fett; 73 g KH; 30 g Eiweiß
Freitag 25.09.2026	Kürbiscremesuppe ^{B, H} Brötchen ^{A, AA} Buttermilchdessert ^{B, H} 366 kcal; 3 g Fett; 70 g KH; 12 g Eiweiß	Geschnetzeltes "Züricher Art" ^{A, AA, B, H} Spätzle ^{A, AA, D} Salat ^{B, D, H, J, K, 1, 2, 21, 22, 43, 44} Buttermilchdessert ^{B, H} 684 kcal; 24 g Fett; 75 g KH; 42 g Eiweiß

[A] Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse, [AA] Weizen und Weizenerzeugnisse, [B] Laktose, [D] Eier und -erzeugnisse, [E] Fisch und -erzeugnisse, [G] Soja und -erzeugnisse, [H] Milch und -erzeugnisse, [J] Sellerie und -erzeugnisse, [K] Senf und -erzeugnisse, [M] Schwefeldioxid und Sulfide in einer Konzentration von mehr als 10mg/kg oder 10/mg/l, als SO₂ angegeben (1) mit Konservierungsstoff, (2) mit Antioxidationsmittel, (4) mit Süßungsmittel, (7) mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln, (10) enthält eine Phenylalaninquelle, (12) mit Farbstoff, (21) unter Verwendung von Milch, (22) unter Verwendung von Sahne, (43) enthält keine deklarationspflichtigen Zusatzstoffe, (44) das Produkt enthält keine Zusatzstoffe