

Speiseplan Februar 2025 Nährwertangaben



Datum	Gericht	Rezeptur Gramm	kcal	Eiweiß	Fett	KH	BE-Angaben	Enthält folgende Zusatzstoffe / Allergene
01.02.2025	"Pytt i Panna" Schwedisches Pfannengericht mit Kartoffelscheiben,	450	420,00	13,40	2,80	73,00	6,5	
	Zwiebeln, Kohlrabi, Möhren,							
	dazu Spiegelei	40	61,00	5,20	4,40	0,20		3
	und Rote Beete	100	21,00	0,80	0,00	3,60		h
	<i>Gesamt</i>		<i>502,00</i>	<i>19,40</i>	<i>7,20</i>	<i>76,80</i>		
	Eisbeinflisch	150	203,00	24,60	11,60	0,00	3,5	b,c
	in Bratenfond	100	41,30	0,70	2,50	4,00		1(W),a
	Sauerkraut,	150	51,70	1,60	0,20	8,70		z
	dazu Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		<i>436,00</i>	<i>30,90</i>	<i>14,50</i>	<i>41,10</i>		
	"Hausgemachte Kartoffelsuppe"	500	357,00	14,50	17,20	34,20	3,0	7,9
	mit eingeschnittener Wurst							b,c
<i>Gesamt</i>		<i>357,00</i>	<i>14,50</i>	<i>17,20</i>	<i>34,20</i>			
Vegetarischer Bauerntopf mit Sojahack, Knoblauch, Kartoffel,	500	308,00	24,30	3,10	42,40	3,5	1(G),6	
Möhre, Paprika, Zwiebel, Linsen und Tomatenmark								
<i>Gesamt</i>		<i>308,00</i>	<i>24,30</i>	<i>3,10</i>	<i>42,40</i>			
02.02.2025	Geschmorte dicke Rippe	120	289	20	22,8		3,0	
	in Kümmelsauce,	100	52,40	0,80	2,70	6,20		1(W),a
	dazu Rosenkohl	150	54,00	5,30	2,00	3,80		
	und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		<i>535,40</i>	<i>30,10</i>	<i>27,70</i>	<i>38,40</i>		
	Bayrisches Wildgulasch in Wacholderbeersauce,	200	178,00	26,40	3,10	7,90	6,0	1(W),a
	dazu Rotkohl	150	68,20	2,35	0,30	12,50		z
	Semmelknödel	150	276,00	10,80	4,10	49,00		1(W),3
	<i>Gesamt</i>		<i>522,20</i>	<i>39,55</i>	<i>7,50</i>	<i>69,40</i>		
	Gebratenes Hähnchenbrustfilet	120	174,00	32,40	3,60	0,00	3,5	
	in Champignonsauce,	100	36,70	1,40	2,10	3,50		c,b,e,a,12,1(W)
	mit Prinzessbohnen	150	40,50	2,60	1,50	7,10		1(W),3,7
und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40			
<i>Gesamt</i>		<i>391,20</i>	<i>40,40</i>	<i>7,40</i>	<i>39,00</i>			
Quinoa-Erbсен-Frikadelle	85	166,00	5,40	8,50	16,20	5,0	9	
in pikanter Senfsauce (mit Zwiebeln, Sahne und Petersilie),	100	92,00	2,00	5,50	8,80		1(W),3,7,10	
dazu Möhren	150	36,00	0,90	0,60	6,60			
dazu Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40			
<i>Gesamt</i>		<i>434,00</i>	<i>12,30</i>	<i>14,80</i>	<i>60,00</i>			
03.02.2025	"DDR Jägerschnitzel mit Feuerwehrsauce" panierte Jagdwurst	90	227,00	13,00	12,00	16,00	8,0	1(W),3,7,10,b,c
	in Ketchupsauce mit Zwiebeln,	100	32,00	1,10	0,40	15,10		z
	dazu Spiralnudeln	200	306	10	0,8	64,8		
	<i>Gesamt</i>		<i>565,00</i>	<i>24,10</i>	<i>13,20</i>	<i>95,90</i>		
	Curry-Senf-Putenragout	300	296,00	28,40	7,50	13,20	3,5	1(W),3,7,10
	mit Honig, Knoblauch, Zwiebeln und Sahne							
	dazu Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		<i>436,00</i>	<i>32,40</i>	<i>7,70</i>	<i>41,60</i>		
	Hackbraten	100	239,00	12,00	19,00	5,00	3,5	1(W), 10
	mit brauner Sauce	100	41,30	0,70	2,50	4,00		a,1(W)
	dazu Brechbohnen	150	40,50	2,60	1,50	7,10		
	dazu Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
<i>Gesamt</i>		<i>460,80</i>	<i>19,30</i>	<i>23,20</i>	<i>44,50</i>			
Rote-Linsen-Kokos-Suppe mit Zwiebeln, Tomaten,	500	236,00	8,50	6,70	20,40	4,0		
Kokosmilch, Chili und Kurkuma,								
dazu ein Kaiserbrötchen	60	144,00	4,30	0,80	29,30		1(W)	
<i>Gesamt</i>		<i>380,00</i>	<i>12,80</i>	<i>7,50</i>	<i>49,70</i>			

Speiseplan Februar 2025 Nährwertangaben



Datum	Gericht	Rezeptur Gramm	kcal	Eiweiß	Fett	KH	BE-Angaben	Enhält folgende Zusatzstoffe / Allergene	
04.02.2025	Vanille Milchreis	400	426,00	13,40	6,80	71,00	7,5	7,z	
	mit warmen Kirschrägout	150	144,00	1,60	5,20	16,60		c, 1(W)	
	<i>Gesamt</i>		570,00	15,00	12,00	87,60			
	04.02.2025	1 große Nürnberger Rostbratwurst	100	266	14,7	25	0	3,5	j,9,10
		mit Sauce,	100	44	0,6	1,1	7,7		1(W),a
		dazu Rahmwirsing	150	61,8	2,9	2,22	8,2		1(W),3,7
		und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
		<i>Gesamt</i>		511,80	22,20	28,52	44,30		
	04.02.2025	Eieromelette	80	116,00	8,80	7,20	4,00	2,5	3,7
		dazu Blattspinat	150	53,40	4,10	2,60	3,50		1(W),3,7
		und Kartoffelpüree	200	114,00	2,20	1,80	21,60		7
		<i>Gesamt</i>		283,40	15,10	11,60	29,10		
04.02.2025	Bami Goreng (vegan)	500	590,00	27,00	23,40	62,00	5,0	1(W),6	
	indonesisches Gericht mit gebratenen Nudeln und Asia-Gemüse								
	<i>Gesamt</i>		590,00	27,00	23,40	62,00			
05.02.2025	Pikantes Wurstgulasch mit Tomaten-Paprikasauce,	250	260,00	7,30	18,60	7,20	7,0	b,c,9	
	dazu Makkaroni	250	397,00	16,50	3,80	79,50		1(W)	
	<i>Gesamt</i>		657,00	23,80	22,40	86,70			
	05.02.2025	"Knusperfisch" (Seelachs und Goldlachs) in Cornflakespanade,	150	180,00	19,30	1,20	22,20	4,5	1(W),4
		mit Rahmerbsen	150	152,00	6,30	10,40	8,60		1(W),3,7
		dazu Kartoffelstampf	200	114,00	2,20	1,80	21,60		
		<i>Gesamt</i>		446,00	27,80	13,40	52,40		
	05.02.2025	Grüne-Bohnen-Eintopf mit Rindfleisch	500	275,00	22,10	8,20	33,20	3,0	7
		<i>Gesamt</i>		275,00	22,10	8,20	33,20		
		Blumenkohl im Backteig	150	300,00	8,10	10,80	43,00		6,5
	mit Kräuter-Béchamel	150	86,00	1,20	4,80	9,40	1(W),3,7		
dazu Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40				
<i>Gesamt</i>		526,00	13,30	15,80	80,80				
06.02.2025	"Himmel & Erde"						3,5		
	Gestampfte Kartoffeln und Äpfel mit Speckwürfeln und Zwiebeln,	400	303,00	8,90	7,90	43,00		c,b,7	
	dazu eine Bratwurst	100	245,00	17,20	19,40	0,30		j,9,10	
	<i>Gesamt</i>		548,00	26,10	27,30	43,30			
	06.02.2025	Schweine "Cordon bleu"	150	191,00	16,50	6,60	12,60	4,0	b,c,1(W),7
		Blumenkohl in Béchamelsauce,	150	61,00	3,80	2,70	5,40		1(W),3,7
		und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
		<i>Gesamt</i>		392,00	24,30	9,50	46,40		
	06.02.2025	Geflügelfleischkäse	100	250,00	12,00	22,30	0,00	3,5	b,c,j
		in Sauce,	100	54,00	1,10	5,70	7,90		1(W),a
		mit Kohlrabi	150	54,60	1,50	1,90	7,40		10
		und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
		<i>Gesamt</i>		498,60	18,60	30,10	43,70		
06.02.2025	3 Kartoffeltaschen "Tomate-Mozzarella"	225	448,00	8,80	24,80	45,00	5,0	1(W),7	
	mediterranes Gemüse in Joghurt-Tomatensauce	250	109,00	3,20	1,40	12,40		7	
	<i>Gesamt</i>		557,00	12,00	26,20	57,40			

Speiseplan Februar 2025 Nährwertangaben



Datum	Gericht	Rezeptur Gramm	kcal	Eiweiß	Fett	KH	BE-Angaben	Enthält folgende Zusatzstoffe / Allergene
07.02.2025	Klassische Gulaschsuppe	500	426,00	21,40	18,30	21,50	2,0	1(W),a
	mit Kartoffelwürfel							
	<i>Gesamt</i>		426,00	21,40	18,30	21,50		
	Putengeschnetzeltes "Zürcher Art"	300	288,00	32,20	15,80	8,40	4,0	a,1(W),3,7
	mit Champignons und Zwiebeln in Rahmsauce							
	und Röstinchen	200	280	3	11	38		
	<i>Gesamt</i>		568,00	35,20	26,80	46,40		
	Seehecht "Müllerin" in Zitronen-Kräuter-Mantel,	150	237,00	24,00	9,00	14,00	4,0	1(W),4
	dazu Buttersauce,	100	114,00	2,40	13,80	3,90		1(W),3,7
	Brokkoli	150	36,00	4,70	0,30	3,90		
	und Dampfkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		527,00	35,10	23,30	50,20		
Gemüsemedaillon	150	128	5,7	1,1	23,7	4,0	1(W),9	
in heller Rahmsauce	100	51,00	1,30	3,00	5,00		3,7,1(W)	
dazu Kartoffelpüree	200	114,00	2,20	1,80	21,60			
<i>Gesamt</i>		293	9,2	5,9	50,3			
08.02.2025	"Nasi Goreng"	500	482,00	30,60	14,40	54,00	4,5	1(W),6,10
	mit Hähnchenbruststreifen und Gemüse, Kokos und Curry							
	<i>Gesamt</i>		482,00	30,60	14,40	54,00		
	Scheibe vom Nackenbraten	100	209,00	27,20	10,50		3,5	
	mit Bratensauce,	100	44,00	0,60	1,10	7,70		1(W),a
	dazu Spitzkohl	150	69,00	3,20	2,60	8,40		1(W),3,7
	und Kartoffeln	200	140	4	0,2	28,4		
	<i>Gesamt</i>		462,00	35,00	14,40	44,50		
	3 Königsberger Klopse	120	252,00	21,60	19,20	7,20	4,0	3
	in Kapernsauce,	100	88,60	1,14	5,10	9,90		7,1(W),3
	dazu Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	und Rote Beete-Salat	100	16,00	0,60	0,05	2,50		h
<i>Gesamt</i>		496,60	27,34	24,55	48,00			
Französischer grüner Bohneneintopf mit Paprika, Zucchini, Knobl.,	500	280,00	7,10	4,10	33,80	3,0		
Zwiebel, Kidneybohnen, Kartoffelwürfel, Tomate, Kräuter der Provence								
<i>Gesamt</i>		280,00	7,10	4,10	33,80			
09.02.2025	"Bremer Kohl und Pinkel"						3,5	
	Grünkohl	200	182,00	13,10	11,80	11,70		1(H),9,10
	mit Pinkel,	100	210,00	9,90	10,90	3,10		1(H),b,c
	dazu Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		532,00	27,00	22,90	43,20		
	Lammragout	300	324,00	29,40	19,60	7,30	6	a,1(W)
	mit Paprika, Zwiebel, Möhren, Tomaten, Knoblauch und Thymian,							
	dazu Reis	200	334	6,8	1,2	66		
	<i>Gesamt</i>		658,00	36,20	20,80	73,30		
	Putenbraten	150	160,50	36,20	1,50	0,00	3,5	
	in Sauce,	100	54,00	1,10	5,70	7,90		a,1(W)
	dazu Kaisergemüse	100	38,00	3,10	1,10	4,10		
und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40			
<i>Gesamt</i>		392,50	44,40	8,50	40,40			
Vegetarische Kohlroulade	200	189,00	16,40	7,10	14,70	4,0	3,9,10	
in Kümmelsauce,	100	52,40	0,80	2,70	6,20		a,1(W)	
dazu Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40			
<i>Gesamt</i>		381,40	21,20	10,00	49,30			

Speiseplan Februar 2025 Nährwertangaben



Datum	Gericht	Rezeptur Gramm	kcal	Eiweiß	Fett	KH	BE-Angaben	Enthält folgende Zusatzstoffe / Allergene
10.02.2025	Panierte Bauchscheibe	100	305,00	13,00	21,00	16,00	4,5	1(W)
	in Bratensauce	100	41,30	0,70	2,50	4,00		1(W),a
	dazu Weißkohl und Salzkartoffeln	150	62,00	2,90	2,20	8,20		1(W),3,7
	<i>Gesamt</i>		548,30	20,60	25,90	56,60		
	Bauernschnitzel (paniert)	120	272	22,8	12	18,1	4,0	1(W)
	mit gebratenen Zwiebeln, Speck und Champignons,	150	144	8,4	10,8	4,3		1(W),a,b,c
	dazu Kartoffeln	200	140	4	0,2	28,4		
	<i>Gesamt</i>		556,00	35,20	23,00	50,80		
	Hühnerfrikassee "klassisch" mit Spargel, Champignons und Erbsen	250	216,00	31,20	7,60	12,40	6,0	c,b,e,1(W),7,12
	dazu Langkornreis	200	262,00	5,60	0,80	62,00		
	<i>Gesamt</i>		478,00	36,80	8,40	74,40		
	Asiatische Bratnudelpfanne	500	476,00	11,20	15,20	73,60	6	1(W),6
mit Frühlingszwiebeln, Gemüse und Sojasauce								
<i>Gesamt</i>		476,00	11,20	15,20	73,60			
11.02.2025	BIO-Spaghetti "Bolognese"	300	474,00	17,40	2,70	93,00	8,5	1(W)
	mit Rinderhackfleischsauce	200	265,00	22,70	19,40	8,10		
	<i>Gesamt</i>		739,00	40,10	22,10	101,10		
	Schweine-Rahmgulasch	230	234,30	25,20	13,10	4,00	3,0	a,1(W),3,7
	mit grünen Bohnen, Zwiebeln, Sahne und Estragon	100	39,00	1,70	0,20	4,80		
	dazu Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		413,30	30,90	13,50	37,20		
	Kohlrabieintopf	400	160,00	7,40	1,20	29,20	2,5	7
	mit Fleischsauce	80	129,00	16,30	7,00	0,00		
	<i>Gesamt</i>		289,00	23,70	8,20	29,20		
Curry von bunten Hülsenfrüchten *	300	352,00	26,90	7,40	46,00	9,0	1(W),3,7	
mit Gemüse, Zwiebeln, Tomaten, Chilli, Kurkuma, und Reis	200	262,00	5,60	0,80	62,00			
<i>Gesamt</i>		614,00	32,50	8,20	108,00			
12.02.2025	Pizzasuppe mit Hackfleisch, Tomaten, Zwiebeln, Paprika, Mais,	500	306,00	16,20	22,60	17,20	4,0	1(W),3,7
	Champignons, Knoblauch, Sahne, Schmelzkäse, Oregano							
	dazu ein Kaiserbrötchen	60	144,00	4,30	0,80	29,30		1(W)
	<i>Gesamt</i>		450,00	20,50	23,40	46,50		
	"Grön Hini" mit grünen Bohnen, Speck und Birnen,	500	486	19,2	24,8	37,2	5,5	b,c
	dazu Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		626,00	23,20	25,00	65,60		
	Hähnchenschenkel	210	208,00	21,80	13,40	0,00	4,0	
	mit Sauce,	100	46,60	0,66	0,13	10,26		1(W),a
	dazu Wirsinggemüse	150	61,8	2,9	2,22	8,2		1(W),3,7
und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40			
<i>Gesamt</i>		456,40	29,36	15,95	46,86			
Griechischer Kartoffelauflauf mit Paprika, Auberginen,	500	498,00	21,20	20,20	54,00	4,5	1(W),3,6,7,9	
Zucchini, Feta und Käse überbacken								
<i>Gesamt</i>		498,00	21,20	20,20	54,00			

Speiseplan Februar 2025 Nährwertangaben



Datum	Gericht	Rezeptur Gramm	kcal	Eiweiß	Fett	KH	BE-Angaben	Enthält folgende Zusatzstoffe / Allergene
13.02.2025	Geschnittene Currywurst	120	325,00	13,20	30,00	6,00	3,5	b,c,j
	in Gewürzketchupsauce,	100	90,00	1,20	0,70	14,50		z
	dazu Kartoffelpüree	200	114,00	2,20	1,80	21,60		7
	und einen Gurkensalat	60	56,00	0,50	0,20	1,50		
	<i>Gesamt</i>		585,00	17,10	32,70	43,60		
	Hähnchenbrust	100	115,00	24,00	1,70	1,10	7,0	
	Frühlingszwiebeln, Möhren, Ingwer, Chili, Knoblauch, Honig in Sojasauce,	150	186,00	6,40	2,10	18,20		1(W),6,a
	dazu Reis	200	262,00	5,60	0,80	62,00		
	<i>Gesamt</i>		563,00	36,00	4,60	81,30		
	Gekochtes Rindfleisch (Polnische Art)	150	155,00	24,20	6,40	0,00	3,5	
	in Dillsauce,	100	86,00	0,80	5,10	9,00		1(W),3,7
	dazu Fingermöhren	150	36,00	0,90	0,60	6,60		
	und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		417,00	29,90	12,30	44,00		
BIO-Vollkornrigatoni	250	350	12	2,2	67	6,0	1(W)	
mit sahniger Paprikasauce, Kirschtomaten und Frischkäse	200	148,00	4,20	7,80	4,40		1(W),7,3	
<i>Gesamt</i>		498	16,2	10	71,4			
14.02.2025	Westfälische Linsensuppe mit Tellerlinsen, Kartoffelwürfel	400	368,00	20,00	16,00	36,00	3,0	b,c,9
	und Mettendenscheiben	100	286,60	14,22	25,00	1,22		b,c
	<i>Gesamt</i>		654,60	34,22	41,00	37,22		
	Gebr. Buntbarschfilet	140	123	1,2	1,2	0	3,5	1(W),4
	an Petersiliensauce,	100	77	1,6	4,4	8,1		1(W),3,7
	dazu Möhrenscheiben	150	38,00	3,10	1,10	4,10		
	dazu Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		378,00	9,90	6,90	40,60		
	Zartes Hähnchenfilet	120	174,00	32,40	3,60	0,00	3,0	
	in Kräuter-Sauerrahmsauce,	100	52,00	1,40	3,40	4,30		1(W),3,7
	dazu Kaisergemüse	150	38,00	3,10	1,10	4,10		
	dazu Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		404,00	40,90	8,30	36,80		
	Dreierlei Schupfnudeln (Tomate, Spinat, natur),	300	507	14,1	1,5	87	8,0	1(W),7
dazu Frischkäse-Lauchzwiebel-Crème	200	125	3,4	8,8	8,5	1(W),3,7		
<i>Gesamt</i>		632	17,5	10,3	95,5			
15.02.2025	Spitzkohleintopf mit Hackfleisch und Kartoffelwürfel	500	328,00	16,90	12,30	31,20	2,5	7
	<i>Gesamt</i>		328,00	16,90	12,30	31,20		
	Schweinerückensteak	150	160,00	28,00	4,40	1,20	4,0	
	in Bratensauce	100	44,00	0,60	1,10	7,70		1(W),3,7,a
	dazu Rotkohl	150	68,20	2,35	0,30	12,50		z
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		412,20	34,95	6,00	49,80		
	Geflügelfrikadelle	120	268,00	16,00	18,00	6,20	4,0	1(W),3,7,10
	mit brauner Sauce,	100	44,00	0,60	1,10	7,70		1(W),a
	dazu Prinzessbohnen	150	40,50	2,60	1,50	7,10		
	und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		492,50	23,20	20,80	49,40		
	Brokkoli-Nussecke	145	114,00	3,60	0,80	21,40	5	1(W),3,5,8(H)
	mit Kräutersauce,	100	90,00	1,10	5,40	9,70		1(W),3,7
mit junge Erbsen,	130	75,00	7,50	1,40	8,30			
dazu Kartoffelpüree	200	114,00	2,20	1,80	21,60	7		
<i>Gesamt</i>		393,00	14,40	9,40	61,00			

Speiseplan Februar 2025 Nährwertangaben



Datum	Gericht	Rezeptur Gramm	kcal	Eiweiß	Fett	KH	BE-Angaben	Enhält folgende Zusatzstoffe / Allergene
16.02.2025	Schweinebraten "Bayrische Art"	100	113,00	22,00	2,00	1,50	4,5	
	in deftiger Sauce,	100	45,00	0,60	1,10	7,70		1(W),a
	dazu Sauerkraut	150	51,70	1,60	0,20	8,70		
	und Semmelknödel	150	240,00	16,50	3,30	34,50		
	<i>Gesamt</i>		449,70	40,70	6,60	52,40		
	Poulardenbrust "Florentina Art" *	100	115,00	24,00	1,70	1,10	3,0	
	auf Blattspinat in Rahm,	200	65,00	4,30	4,00	6,80		1(W),3,7
	dazu Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		320,00	32,30	5,90	36,30		
	Kalbsgeschnetzeltes mit Waldpilzen und Spargelstücken,	300	335,00	22,30	16,20	8,40	7,0	1(W),a
	dazu Wildreis	250	326	6,2	1,4	74		
	<i>Gesamt</i>		661,00	28,50	17,60	82,40		
Zwiebelkuchen "Badische Art"	400	526,00	22,40	19,40	28,20	2,5	1(W),3,7,a	
mit Zwiebeln, Parmesan, Eier und saure Sahne								
<i>Gesamt</i>		526,00	22,40	19,40	28,20			
17.02.2025	"Köttbullar" Rinderhackfleischbällchen	200	256,00	18,80	19,50	13,60	5	1(W,H),3,7,a
	in Rahmsauce,							
	dazu Kartoffelpüree	200	114,00	2,20	1,80	21,60		7
	und Preiselbeergelee	50	91,00	0,13	0,13	22,00		
	<i>Gesamt</i>		461,00	21,13	21,43	57,20		
	Bunte Pfanne mit Schweinefleischstreifen,	250	346,00	23,80	16,10	7,50	3,0	1(W),a
	Zwiebeln, Paprika, Pilzen,							
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		1(W),3
	<i>Gesamt</i>		486,00	27,80	16,30	35,90		
	Deftiger Möhreintopf	420	141,00	5,10	1,40	24,90	2,0	7
	mit Rinderhackfleisch	80	186,00	13,40	4,20	0,00		
	<i>Gesamt</i>		327,00	18,50	5,60	24,90		
Farfalle mit Spinat-Erdnuss-Sauce	250	394,00	12,40	1,20	72,40	6,5	1(W)	
mit Tomaten, Spinat, Erdnussbutter, Sahne und Muskat	200	216,00	7,40	11,80	7,30		1(W),3,5,7	
<i>Gesamt</i>		610,00	19,80	13,00	79,70			
18.02.2025	Schinken-Ei-Nudelgratin,	400	569,00	28,50	9,40	98,40	8,5	1(W),6,9,c
	dazu Käsesauce	100	86,00	2,20	4,20	4,70		1(W),3,7
	<i>Gesamt</i>		655,00	30,70	13,60	103,10		
	"Schlemmer-Hähnchenschnitzel"	120	262,00	19,20	12,00	19,20	5,0	1(W)
	an holländischer Sauce,	100	251	1,9	25	4,3		3,7,1(W)
	Brokkoli	150	61,00	3,80	2,70	5,40		1(W),7
	und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		714,00	28,90	39,90	57,30		
	Große Bratwurst	100	245,00	17,20	19,40	5,30	3,5	7
	mit brauner Sauce	100	41,30	0,70	2,50	4,00		1(W),a
	dazu Erbsen	100	60,00	5,00	1,00	5,40		
	und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		486,3	26,9	23,1	43,1		
	Patros-Pfanne	500	531,00	17,10	31,50	41,00	3,5	
	mit Fetakäse, Paprika, Zucchini, Aubergine, frittierte Kartoffelwürfel							7
<i>Gesamt</i>		531,00	17,10	31,50	41,00			

Speiseplan Februar 2025 Nährwertangaben



Datum	Gericht	Rezeptur Gramm	kcal	Eiweiß	Fett	KH	BE-Angaben	Enthält folgende Zusatzstoffe / Allergene
19.02.2025	Deftiger Grünkohl	200	182,00	13,10	11,80	11,70	3,5	c,b,z,1(W),10
	mit einer Kochwurst,	100	240,00	8,20	21,20	3,10		c,b
	dazu Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		562,00	25,30	33,20	43,20		
	Rinderhacksteak "Texas"	120	271,00	20,40	18,00	6,60	7,0	1(W),3
	mit BBQ-Sauce,	100	91,00	1,00	0,50	19,50		10, z
	dazu Langkornreis mit Kidneybohnen	250	276,00	7,90	3,20	57,00		
	<i>Gesamt</i>		638,00	29,30	21,70	83,10		
	Lebergeschnetzeltes	150	176,00	29,10	4,96	3,20	3,5	
	in Apfelsauce	100	52,00	3,10	6,00	5,90		c.a.1(W)
	dazu Kartoffelpüree	200	114,00	2,20	1,80	21,60		
	und Möhrensalat	80	56,00	0,80	1,20	9,50		
	<i>Gesamt</i>		398,00	35,20	13,96	40,20		
	Kartoffel-Gemüsegratin	500	412,00	20,20	11,40	32,80	2,5	3,7
mit buntem Gemüse in Béchamel und mit Käse überbacken								
<i>Gesamt</i>		412,00	20,20	11,40	32,80			
20.02.2025	3 American Pancakes	180	520,00	13,50	17,80	74,90	7,0	1(W),3,7,z
	mit amerikanischer Blaubeersauce	200	66,00	0,90	0,80	7,70		
	<i>Gesamt</i>		586,00	14,40	18,60	82,60		
	Fleischkäse	100	300	13	27	0,5	3,0	b,c,j
	mit cremiger Honig-Senfsauce mit Dill,	100	114,00	4,10	4,30	5,40		1(W),3,7,10
	dazu Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	und einen Gurkensalat	60	56,00	0,50	0,20	1,50		
	<i>Gesamt</i>		610,00	21,60	31,70	35,80		
	Gekochte Eier "Frankfurter Art"	80	103,00	10,40	6,40	0,00	3,0	3
	mit Grüner Sauce (Petersilie, Kresse, Schnittlauch),	100	54,00	0,70	3,50	4,70		1(W),3,7
	dazu Buttergemüse	100	74,00	2,50	4,60	3,90		7
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		371,00	17,60	14,70	37,00		
	Vegetarische Käsespätzle Pfannengericht mit Zwiebeln	400	326,00	31,20	35,20	84,20	7,5	1(W),3,7,d
dazu Käse-Sahnesauce	100	82,00	2,40	5,60	8,30	1(W),3,7		
<i>Gesamt</i>		408,00	33,60	40,80	92,50			
21.02.2025	Weißer Bohneneintopf	500	439,00	21,70	9,70	34,90	3,0	b,c,j,9
	mit Mettwurstscheiben, Speck und Kartoffelwürfel							
	<i>Gesamt</i>		439,00	21,70	9,70	34,90		
	"Räuberplatte" kleine Bratwurst und Schweinebraten	180	326,00	34,00	21,60	0,50	4,0	
	mit Zigeunersauce,	150	90,00	1,30	0,30	18,00		z
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		7
	<i>Gesamt</i>		556,00	39,30	22,10	46,90		
	Gebratenes Alaska-Seelachsfilet	150	174,00	21,60	1,50	18,50	5,5	1(W),4
	mit Kräutersauce,	100	90,00	1,10	5,40	9,70		1(W),3,7
	dazu junge BIO-Erbsen	130	75,00	7,50	1,40	8,30		
	und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		479,00	34,20	8,50	64,90		
	Bunte Paprikaquiche	500	586,00	14,60	26,2	58,00	5,5	a.1(W),3,7
	mit Paprika, Creme fraiche, Thymian und Muskatnuss							
in fruchtiger Tomatensauce,	100	34,10	0,80	0,50	6,50			
<i>Gesamt</i>		620,10	15,40	26,70	64,50			

Speiseplan Februar 2025 Nährwertangaben



Datum	Gericht	Rezeptur Gramm	kcal	Eiweiß	Fett	KH	BE-Angaben	Enthält folgende Zusatzstoffe / Allergene
22.02.2025	Wirsingtopf mit Speck, Lauch, Zwiebel- und Kartoffelwürfel	500	305,00	11,20	12,20	24,40	2,0	1(W),3,7,b,c
	<i>Gesamt</i>		305,00	11,20	12,20	24,40		
	Hähnchengeschnetzeltes "Hawaii Art" mit Pfirsich, Birne, Weintrauben, Ananas und Kirsche,	250	278,00	31,20	9,60	9,60	4,5	1(W),3,7
	dazu Curryreis	250	236,00	5,10	2,90	45,60		
	<i>Gesamt</i>		514,00	36,30	12,50	55,20		
	Schweinegulasch	230	234,30	25,20	13,10	4,00	3,5	a,1(W)
	dazu Rotkohl	150	68,20	2,35	0,30	12,50		z
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		442,50	31,55	13,60	44,90		
	Spätzle-Pilzpfanne mit Champignons und Stockschwämmchen,	450	486,00	16,20	9,80	58,40	5,5	1(W),3,7,9
herzhaft gewürzt,								
dazu Rahmsauce	100	51,00	0,60	2,40	5,60	1(W),3,7,a		
<i>Gesamt</i>		537,00	16,80	12,20	64,00			
23.02.2025	Rosmarin-Putenbraten	100	101,00	22,00	1,40	0,00	3,5	1(W),3,7,a
	in Rahmsauce,	100	51,00	0,60	2,40	5,60		
	dazu Pariser Karotten	100	43,00	0,60	0,30	8,50		
	und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		335,00	27,20	4,30	42,50		
	Geschmorte Ochsenbrust	150	193,00	24,50	10,60	0,00	3,5	a,1(W)
	in Bratensauce	100	44,00	0,60	1,10	7,70		1(W),7,3
	dazu Rosenkohl	150	54,00	5,30	2,00	3,80		
	und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		431,00	34,40	13,90	39,90		
	Schweinebraten	150	203,00	24,60	11,60	0,00	3,5	1(W),a
	in Sauce,	100	54,00	1,10	5,70	7,90		
	dazu Kaisergemüse	150	38,00	3,10	1,10	4,10		
und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40			
<i>Gesamt</i>		435,00	32,80	18,60	40,40			
Veganes Gulasch mit Soja-Schnetzel in Sauce	200	173,00	12,80	6,40	12,30	5,5	1(W),6,a	
dazu Apfel-Rotkohl	150	68,20	2,35	0,30	12,50		z	
und Klöße	150	173,00	2,40	0,20	40,50			
<i>Gesamt</i>		414,20	17,55	6,90	65,30			
24.02.2025	"Chili con Carne"	260	256,00	22,40	12,40	16,10	7,0	
	Rinderhackfleisch, Mais, Zwiebeln, Paprika und Kidneybohnen,							
	dazu Reis	200	334,00	6,80	1,20	66,00		
	<i>Gesamt</i>		590,00	29,20	13,60	82,10		
	Würzige Schweinefleischfrikadelle	100	268,00	13,00	18,00	9,50	8,0	1(W),3
	mit dunkler Zwiebelsauce,	100	41,30	0,70	2,50	4,00		1(W),a
	dazu Rotkohl	150	68,20	2,35	0,30	12,50		z
	mit Hörnchennudeln	200	361,00	13,00	2,50	70,00		
	<i>Gesamt</i>		738,50	29,05	23,30	96,00		
	Putengulasch	100	169,00	27,00	6,50	0,50	3,0	1(W),3,7
	in heller Schnittlauchsauce,	100	51,00	0,60	3,40	4,30		
	mit Zucchini-Möhrengemüse	100	31,00	0,60	0,40	4,10		
	und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
<i>Gesamt</i>		391,00	32,20	10,50	37,30			
Winterlicher Möhren-Kürbiseintopf mit Rote Beete, Fetawürfel,	500	304,00	13,20	7,20	28,60	2,5	3,5,7	
Honig, gehackten Nüssen und Crème fraiche								
<i>Gesamt</i>		304,00	13,20	7,20	28,60			

Speiseplan Februar 2025 Nährwertangaben



Datum	Gericht	Rezeptur Gramm	kcal	Eiweiß	Fett	KH	BE-Angaben	Enthält folgende Zusatzstoffe / Allergene
25.02.2025	Hähnchenpfanne "Gyros Art" mit Zwiebeln	200	336,00	36,00	18,00	1,40	4,5	3,7,10
	dazu Tomatenreis	250	222,00	4,80	0,40	49,00		
	und Tzatziki	50	47,00	1,80	3,20	2,80		
	Gesamt		605,00	42,60	21,60	53,20		
	Scheibe vom Schulterbraten	100	238,00	22,80	16,20		4,5	1(W),a
	in brauner Sauce,	100	44,00	0,60	1,10	7,70		
	dazu Schwarzwurzeln	150	86,00	1,90	2,00	15,70		
	und Kartoffeln	200	140	4	0,2	28,4		
	Gesamt		508,00	29,30	19,50	51,80		
	"Falscher Hase" Klassischer Hackbraten	120	301,00	23,80	19,60	8,00	4,0	1(W), 10
	in dunkler Sauce,	100	41,30	0,70	2,50	4,00		
	dazu Spitzkohl	150	69,00	3,20	2,60	8,40		
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		551,30	31,70	24,90	48,80		
Spaghetti "Arrabiata"	300	450	16,2	2,1	89,2	8,5	1(W)	
mit Tomatenmark, Zwiebeln, Knoblauch, ital. Kräuter und Chili	200	166	3,1	10,8	14,7			
Gesamt		616	19,3	12,9	103,9			
26.02.2025	Kartoffel-Hack-Lauchauflauf mit Rinderhackfleisch, Knoblauch,	500	578	25	39,1	35,2	3,0	3,7
	Zwiebeln und gratiniertem Käse							
	Gesamt		578	25	39,1	35,2		
	Krakauer	100	345,00	14,70	30,30	0,80	3,5	b,c,a,j
	dunkler Sauce	100	41,30	7,00	2,50	4,00		
	dazu Rahmkohlrabi	150	51,60	1,50	1,90	7,40		
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		577,90	27,20	34,90	40,60		
	"Bremer Hühnersuppe" mit Suppengrün, Gemüsezwiebel,	500	374,00	20,80	11,20	21,40	4,0	1(W),3,7,9
	Petersilie und Reis,							
	dazu ein Kaiserbrötchen	60	144,00	4,30	0,80	29,30		
	Gesamt		518,00	25,10	12,00	50,70		
	Sesam-Karotten-Knuspersticks	150	355,00	5,60	16,50	37,50	6,0	1(W),11
	an Sauce á la Hollandaise	80	196,00	1,00	20,10	3,12		
dazu Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40			
Gesamt		691,00	10,60	36,80	69,02			
27.02.2025	"Paprikaschnitzel" paniertes Schweineschnitzel	120	272	22,8	12	18,1	4,0	1(W)
	mit Paprikasauce	150	82	1,6	2,8	7,1		
	und Kartoffelstampf	200	114,00	2,20	1,80	21,60		
	Gesamt		468,00	26,60	16,60	46,80		
	"Grootheider Stipp" Mehlschwitze mit Speck, Zwiebeln,	120	192,00	5,20	8,30	14,20	4,0	1(W),7,b,c
	dazu grüne Bohnen	150	40,50	2,60	1,50	7,10		
	Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		372,50	11,80	10,00	49,70		
	Rinderragout in Sauce,	200	210,00	23,90	11,60	2,30	3,0	a,1(W)
	dazu BIO-Blumenkohl	150	61,00	3,80	2,70	5,40		
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		411,00	31,70	14,50	36,10		
	Spinatlasagne mit Tomaten, Zwiebeln,	500	487,00	27,80	23,70	39,80	3,5	1(W),7
	Béchamelsauce und Käse überbacken							
Gesamt		487,00	27,80	23,70	39,80			

Speiseplan Februar 2025 Nährwertangaben



Datum	Gericht	Rezeptur Gramm	kcal	Eiweiß	Fett	KH	BE-Angaben	Enthält folgende Zusatzstoffe / Allergene
28.02.2025	"Omas Erbsensuppe"	500	348,00	19,00	17,20	38,40	3	b,c,9
	mit Speckwürfel, Zwiebel							
	und einer Bockwurst	100	305,00	13,00	28,00	0,50		b,c,j
	<i>Gesamt</i>		<i>653,00</i>	<i>32,00</i>	<i>45,20</i>	<i>38,90</i>		
	Fischpfanne "Helgoland" mit Seealchs, Brokkoli, Erbsen,	300	360,00	28,40	14,80	16,20	3,5	4,7,10
	Prinzessbohnen, in heller Rahmsauce							
	dazu Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		<i>500,00</i>	<i>32,40</i>	<i>15,00</i>	<i>44,60</i>		
	3 Hackbällchen	120	252,00	13,20	19,20	7,20	4,5	1(W), 10
	in Gemüsesauce,	200	121,40	2,20	7,40	15,20		1(W),3,7,9
	dazu Erbsen-Maisgemüse	100	72	5	0,9	5,4		
	und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		<i>585,40</i>	<i>24,40</i>	<i>27,70</i>	<i>56,20</i>		
	Gebratener Grünkohl mit Zwiebeln, Senf und Crème fraiche	300	256,00	7,40	3,80	5,60	3,0	1(W,H),7,10
	dazu Dampfkartoffeln	200	140	4	0,2	28,4		
<i>Gesamt</i>		<i>396,00</i>	<i>11,40</i>	<i>4,00</i>	<i>34,00</i>			

"**Zeichenerklärung Zusatzstoffe und Hauptallergene:** a = „mit Farbstoff“, b = „mit Konservierungsstoff“, c = „mit Antioxidationsmittel“, d = mit Geschmacksverstärker“, e = „geschwefelt“, f = „geschwärzt“, g = „gewachst“, h = „mit Süßungsmittel(n)“, i = bei Aspartam zusätzl. Hinweis: „enthält eine Phenylalaninquelle“, j = „mit Phosphat“, k = „caffeinhaltig“, l = „chininhaltig“, z = „mit einer Zuckerart und/oder Süßungsmittel(n)“, 1=glutenhaltige Getreide und Erzeugnisse daraus ((W)eizen, (R)oggen, (H)afer, (K)amut, (D)inkel, (G)erste, (Hy)bridstämme), 2=Krebstiere und Erzeugnisse daraus, 3=Eier und Erzeugnisse daraus, 4=Fische und Erzeugnisse daraus, 5=Erdnüsse und Erzeugnisse daraus, 6=Sojabohnen und Erzeugnisse daraus, 7=Milch und Erzeugnisse daraus, 8=Schalenfrüchte und Erzeugnisse daraus ((M)andel, (H)aselnuß, (W)alnuß, (C)ashnewnuß, (P)ecannuß, (Pa)ranuß, (Pi)stazie, (Ma)cadamia- oder Queenslandnüsse), 9=Sellerie und Erzeugnisse daraus, 10=Senf und Erzeugnisse daraus, 11=Sesam und Erzeugnisse daraus, 12=Schwefeldioxid und Sulfit, 13=Lupinen und Erzeugnisse daraus, 14=Weichtiere und Erzeugnisse daraus. Geringfügige Spuren eines Allergens können nicht ausgeschlossen werden, da es während des komplexen Warenflusses der Lebensmittelherstellung (Transport, Lagerung, Produktion, Verpackung,...) zu Kreuzkontaminationen und Produktübertragungen kommen kann. Des Weiteren kann es bei dem Produkt zu Rezepturänderungen kommen, die Einfluss auf vorhandene Allergene haben. Es ist uns daher nicht möglich, eine Garantie über die vollständige Abwesenheit von möglichen Allergenen zu geben. Die vorhandenen Kennzeichnungen dienen als Information, für die keine Haftung übernommen wird. Maßgebend für unsere Daten ist die Produktspezifikation des Herstellers."