

Speiseplan September 2025 Nährwertangaben



Datum	Gericht	Rezeptur Gramm	kcal	Eiweiß	Fett	KH	BE- Angaben	Enthält folgende Zusatzstoffe / Allergene
01.09.2025	3 Eierpfannkuchen	180	274,00	14,40	7,20	37,80	6,5	1(W),3,7
	mit Apfelmus	250	170,00	0,75	0,25	40,80		c
	Gesamt		444,00	15,15	7,45	78,60		
	Rinderhacksteak	120	271,00	20,40	18,00	6,60	4,5	1(W),3
	in Bratensauce,	100	41,30	0,70	2,50	4,00		1(W),a
	dazu Rotkohl	150	68,20	2,35	0,30	12,50		z
	und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		520,50	27,45	21,00	51,50		
	2 gekochte Eier	80	103,00	10,40	6,40	0,00	3,5	3
	in Senfsauce,	100	92,00	2,00	5,50	8,80		1(W),7,10
	dazu Spinat	150	53,40	4,10	2,60	3,50		1(W),3,7
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		388,40	20,50	14,70	40,70		
	Rigatoni "Pesto"	250	465,00	18,40	3,00	82,00	7,0	1(W)
	mit grünem Pesto, Weißkäsewürfel und Kirschtomaten	200	136,00	6,20	10,40	3,60		1(W),3,7
	Gesamt		601,00	24,60	13,40	85,60		
02.09.2025	Lasagne "al Forno" mit Rinderhackfleisch- und Béchamelsauce	500	623,00	41,70	23,20	54,40	4,5	1(W),3,7
	Gesamt		623,00	41,70	23,20	54,40		
	Eisbeinfleisch	150	203,00	24,60	11,60	0,00	3,5	b,c
	mit Zwiebelsauce,	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		
	Gesamt		436,00	30,90	14,50	41,10		
	Schwarzwurzeleintopf mit Rindfleisch, Kümmel,	500	396,00	26,60	8,40	48,20	4,0	7
	Möhren- und Kartoffelwürfel							
	Gesamt		396,00	26,60	8,40	48,20		
	Frühlingsrolle "Gourmet"	150	221,00	5,30	9,20	27,50	9,0	1(W),3,6
	dazu süß-saure Sauce mit Paprikastreifen	150	116,00	1,40	0,70	14,10		z
	mit Reis	200	334,00	6,80	1,20	66,00		
	Gesamt		671,00	13,50	11,10	107,60		
03.09.2025	Paniertes Putenschnitzel	120	262,00	19,20	12,00	19,20	5,0	1(W)
	mit Rahmsauce,	100	51,00	0,60	2,40	5,60		1(W),3,7,a
	dazu gebutterte Möhren	100	38,00	0,60	1,10	4,40		7
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		491,00	24,40	15,70	57,60		
	Hähnchentopf mit Karotte, Kohlrabi, Knoblauch, Muskat und Ingwer	300	214,00	28,80	6,80	11,80	5,0	1(W),3,7
	dazu Bulgur	200	224,00	6,80	1,20	50,00		1(W)
	Gesamt		438,00	35,60	8,00	61,80		
	"Falscher Hase" Hackbraten	100	239,00	12,00	19,00	5,00	3,5	1(W), 10
	in Bratensauce,	100	41,30	0,70	2,50	4,00		a, 1(W)
	dazu Leipziger Allerlei	150	38,00	3,10	1,10	4,10		
	dazu Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		458,30	19,80	22,80	41,50		
	Hirtenpfanne	500	585,00	19,00	17,00	89,50	7,5	1(W),7
	mit Reismudeln, Käse, Peperoni und buntem Gemüse							
	Gesamt		585,00	19,00	17,00	89,50		

Speiseplan September 2025 Nährwertangaben



Datum	Gericht	Rezeptur Gramm	kcal	Eiweiß	Fett	KH	BE-Angaben	Enthält folgende Zusatzstoffe / Allergene
04.09.2025	Hähnchenpfanne "Gyros Art" mit Zwiebeln	200	336,00	36,00	18,00	1,40	4,5	
	dazu Tomatenreis	250	222,00	4,80	0,40	49,00		
	und Tzatziki	50	47,00	1,80	3,20	2,80		3,7,10
	<i>Gesamt</i>		605,00	42,60	21,60	53,20		
	Bratwurst	100	234,00	17,00	18,00	1,00	3,0	7,9
	mit Rahmsauce	100	51,00	0,60	2,40	5,60		1(W),a,3,7
	dazu Spitzkohl	150	69,00	3,20	2,60	8,40		1(W),3,7
	und Kartoffelpüree	200	114,00	2,20	1,80	21,60		7
	<i>Gesamt</i>		468,00	23,00	24,80	36,60		
	Schweinegeschnetzeltes in Sauce	200	228,00	24,20	11,40	6,40	6,0	a,1(W)
	dazu junge Erbsen	100	50,00	5,00	0,90	2,90		
	und Spiralnudeln	200	306	10	0,8	64,8		1(W)
	<i>Gesamt</i>		584,00	39,20	13,10	74,10		
	3 Kartoffeltaschen "Frischkäse-Kräuter"	225	409,00	6,75	22,50	43,00	4,5	7
	dazu leichte Käsesauce	100	86,00	2,20	4,20	4,70		1(W),3,7
	und Buttergemüse	100	74,00	2,50	4,60	3,90		7
	<i>Gesamt</i>		569,00	11,45	31,30	51,60		
05.09.2025	Gemüseintopf mit Kassler, Zwiebel, Knoblauch,	500	378,00	21,60	20,40	28,10	2,5	1(W),3,7,a
	Porree, Möhre, Erbsen, Kerbel, Kohlrabi und Kartoffelwürfel							
	<i>Gesamt</i>		378,00	21,60	20,40	28,10		
	"Upstövt Kohlrabi mit Balkes" Kohlrabi in Mehlschwitze	300	354	18	21,2	20,4	4,0	1(W),7,3
	mit Geflügelhackbällchen							
	dazu Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		494,00	22,00	21,40	48,80		
	Gedünstetes Lachsfilet	120	216,00	24,00	13,20	0,00	3,0	4
	in Limettensauce,	100	52,00	1,40	3,00	5,10		1(W),3,7
	dazu Broccoli	150	36,00	4,70	0,30	3,90		
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		444,00	34,10	16,70	37,40		
	Pastinaken-Möhren-Kartoffelauf	500	639,00	9,70	39,40	48,20	4,0	3,7
	mit Frühlingszwiebeln, Thymian und Crème fraiche							
	<i>Gesamt</i>		639,00	9,70	39,40	48,20		
06.09.2025	Serbische Bohnensuppe	500	546,00	34,20	6,10	55,00	7,0	b,c
	mit Speck, Mettwurstscheiben, Knoblauch, Zwiebeln, Paprika							
	dazu ein Brötchen	60	144,00	4,30	0,80	29,30		1(W)
	<i>Gesamt</i>		690,00	38,50	6,90	84,30		
	Schweineleber "Berliner Art"	150	195,00	31,00	6,80	1,50	3,0	
	auf gedünstetem Apfel-Zwiebelgemüse,	150	74,00	1,20	0,60	13,00		c,a,1(W)
	dazu Kartoffelpüree	200	114,00	2,20	1,80	21,60		7
	<i>Gesamt</i>		383,00	34,40	9,20	36,10		
	Eieromelette	80	116,00	8,80	7,20	4,00	3,0	3,7
	dazu Spargel-Möhrenragout	150	58,00	2,70	2,60	4,10		1(W),3,7
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		314,00	15,50	10,00	36,50		
	Veganes Gemüse-Süßkartoffelallerlei mit Broccoli, Paprika,	500	463,00	7,20	19,30	60,80	5,0	10
	Maiskölbchen, Ananas, Kokosmilch							
	<i>Gesamt</i>		463,00	7,20	19,30	60,80		

Speiseplan September 2025 Nährwertangaben



Datum	Gericht	Rezeptur Gramm	kcal	Eiweiß	Fett	KH	BE-Angaben	Enthält folgende Zusatzstoffe / Allergene
07.09.2025	Backschinken	100	203,00	16,00	14,00	2,60	4,0	10, c
	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
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		452,50	23,05	17,00	47,50		
	Scheibe vom Lammbraten	150	234,00	22,30	16,20	0,00	4	
	mit dunkler Kräutersauce,	100	46,00	0,60	1,10	7,70		1(W),a
	dazu Ratatouillegemüse	200	104	4,1	1,3	13,8		
	und Rosmarinkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		524,00	31,00	18,80	49,90		
	Hähnchenbrustfilet "natur"	120	174,00	32,40	3,60	0,00	3,0	
	in Jus,	100	41,30	0,70	2,50	4,00		1(W),a
	dazu buntes Sommergemüse	100	38,00	2,50	0,60	3,90		
	und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		393,30	39,60	6,90	36,30		
	Sojabällchen "Toskana"	250	368	25,1	19,6	19,4	8,0	1(W),3,7,9
	in Tomaten-Mozzarellasauce mit gehackten Tomaten und Basilikum,							
	dazu Wildreis	250	326	6,2	1,4	74		
	<i>Gesamt</i>		694,00	31,30	21,00	93,40		
08.09.2025	"Berliner 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		1(W),7,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		
	"Mozzarella-Hähnchen"	300	272	28,9	7,2	7,3	7,0	1(W),3,7
	in Basilikum-Sahnesauce mit Kirschtomaten,							
	dazu Basmatireis	200	357,00	8,00	2,80	74,00		
	<i>Gesamt</i>		629,00	36,90	10,00	81,30		
	3 Klopse "Jäger Art"	120	252,00	21,60	19,20	7,20	3,5	
	in Champignonsauce,	100	36,70	1,40	2,10	3,50		c,b,e,a,12,1(W)
	dazu junge Erbsen	100	50,00	5,00	0,90	2,90		
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		478,70	32,00	22,40	42,00		
	Kohlrabi-Pastinaken-Bratling	150	146,00	6,10	6,20	18,40	4,0	1(W),3
	dazu Rahmsauce	100	51,00	0,60	2,40	5,60		1(W),3,7,a
	und Rüben-Kartoffelstampf	250	162,00	4,10	2,80	24,80		7
	<i>Gesamt</i>		359,00	10,80	11,40	48,80		
09.09.2025	"Pikante Bauernpfanne" mit Möhrenwürfel,	300	289,00	26,10	15,60	9,80	3,0	1(W),3,7
	Rinderhackfleisch, Porree, saure Sahne, Champignons,							
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		429,00	30,10	15,80	38,20		
	Kasslerbraten	150	175	21	9,8	1,1	4,0	c,b
	in Bratensauce,	100	54	1,1	5,7	7,9		1(W),a
	dazu Ananas-Sauerkraut	150	51,70	1,60	0,20	8,70		z
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		420,7	27,7	15,9	46,1		
	Gebratener Leberkäse	100	299,00	12,50	27,40	0,50	4,0	b,c,j
	mit Sauce,	100	54,00	1,10	5,70	7,90		1(W),a
	dazu Karotten Rustica	150	60,00	0,90	0,45	12,00		
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		553,00	18,50	33,75	48,80		
	Spaghetti "Napoli"	300	474,00	17,40	2,70	93,00	9,0	1(W)
	mit Tomaten-Basilikumsauce	200	82,60	3,20	1,70	14,80		
	<i>Gesamt</i>		556,60	20,60	4,40	107,80		

Speiseplan September 2025 Nährwertangaben



Datum	Gericht	Rezeptur Gramm	kcal	Eiweiß	Fett	KH	BE-Angaben	Enthält folgende Zusatzstoffe / Allergene
10.09.2025	Pikantes Wurstgulasch mit Tomaten-Paprikasauce,	250	260,00	7,30	18,60	7,20	7,0	b,c
	dazu Makkaroni	250	397,00	16,50	3,80	79,50		1(W)
	<i>Gesamt</i>		657,00	23,80	22,40	86,70		
	Geflügelfrikadelle	120	268,00	16,00	18,00	6,20	4,0	1(W),3,7,10
	in Bratensauce	100	41,30	0,70	2,50	4,00		1(W),a
	dazu Rahmkohlrabi	150	51,60	1,50	1,90	7,40		1(W),3,7
	und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		500,90	22,20	22,60	46,00		
	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 Broccoli	150	36,00	4,70	1,20	1,70		
	dazu Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		402,00	42,50	8,40	34,40		
	"Gnocchi ai quarttro formaggi" Kartoffelklößchen	300	573,00	9,90	3,00	90,00	8,0	
	mit 4-Käsesauce	150	92,00	3,10	5,30	8,10		1(W),3,7
	<i>Gesamt</i>		665,00	13,00	8,30	98,10		
11.09.2025	Klassische Linsensuppe mit Kartoffelwürfel	500	558,00	33,40	28,40	37,20	3,0	b,c,9
	Speck und Mettendenscheiben							
	<i>Gesamt</i>		558,00	33,40	28,40	37,20		
	"Schlemmer-Schweineschnitzel"	120	262,00	19,20	12,00	19,20	4,5	1(W)
	an holländischer Sauce,	100	251	1,9	25	4,3		3,7,1(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>		691,00	28,20	38,30	56,00		
	Hähnchenschenkel	210	208,00	21,80	13,40	0,00	3,5	
	mit Sauce,	100	46,60	0,66	0,13	10,26		1(W),a
	dazu Blumenkohl	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>		455,60	30,26	16,43	44,06		
	Kokos-Zucchini-Curry	300	203	5,1	16,1	4,7	6,0	1(W),3,7
	mit grünen und gelben Zucchinischeiben, Kokosmilch, Curry							
	und BIO-Reis	200	334,00	6,80	1,20	66,00		
	<i>Gesamt</i>		537,00	11,90	17,30	70,70		
12.09.2025	Ravioli "Speziale" mit Hackfleischfüllung	300	536,00	22,00	10,10	86,00	8,5	1(W),3,9
	in pikanter Tomatensauce mit Paprika, Knoblauch und Frühlingszwiebeln	200	68,20	1,60	1,10	13,00		
	<i>Gesamt</i>		604,20	23,60	11,20	99,00		
	Gebr. Buntbarschfilet	140	123	1,2	1,2	0	4,0	1(W),4
	mit Kräutersauce,	100	90,00	1,10	5,40	9,70		1(W),3,7
	dazu BIO-Erbsen	130	75,00	7,50	1,40	8,30		
	dazu Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		428,00	13,80	8,20	46,40		
	"Hausgemachte Kartoffelsuppe"	500	357,00	14,50	17,20	34,20	3,0	7,9
	mit eingeschnittener Wurst							b,c
	<i>Gesamt</i>		357,00	14,50	17,20	34,20		
	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		

Speiseplan September 2025 Nährwertangaben



Datum	Gericht	Rezeptur Gramm	kcal	Eiweiß	Fett	KH	BE- Angaben	Enthält folgende Zusatzstoffe / Allergene
13.09.2025	"Pichelsteiner Eintopf" mit Schweinefleisch, Kartoffeln, Wirsing,	500	286,00	23,40	19,80	34,80	3,0	
	Weißkohl, Zwiebeln und Möhren							9,7
	<i>Gesamt</i>		286,00	23,40	19,80	34,80		
	Schweinekamm	100	209,00	27,20	10,50		4,0	
	mit Bratensauce,	100	44,00	0,60	1,10	7,70		1(W),a
	dazu Rotkohl	150	68,20	2,35	0,30	12,50		z
	und Kartoffeln	200	140	4	0,2	28,4		
	<i>Gesamt</i>		461,20	34,15	12,10	48,60		
	Putengeschnetzeltes mit Möhren- und Zucchiniwürfel	300	289,00	27,60	12,20	8,40	8,0	1(W),3,7
	in heller Sauce							
	dazu Spiralnudeln	250	420	14,4	1,8	86,4		1(W)
	<i>Gesamt</i>		709,00	42,00	14,00	94,80		
	Rote-Bete-Bratling	140	282,00	21,00	16,80	21,00	5	1(W),6,10,12
	mit Lauchgemüse,	150	84,00	31,00	3,60	7,80		1(W),3,7
	dazu Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		506,00	56,00	20,60	57,20		
14.09.2025	Bauernroulade Hackfleischrolle mit Zwiebeln, Speck und Gurken	150	360,00	24,00	23,10	9,50	4,0	1(W),b,c
	in Bratensauce,	100	41,30	0,70	2,50	4,00		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>		595,30	34,00	27,80	45,70		
	Ostfriesisches Pökelfleisch vom Schwein	150	206,00	23,20	108,00	0,00	3,5	b,c
	mit Rosinensauce,	100	63,40	1,20	2,90	6,10		1(W),a
	dazu Brechbohnen	150	40,50	2,60	1,50	7,10		
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		449,90	31,00	112,60	41,60		
	Kalbsragout mit Waldpilzen und Spargelstücken,	300	256,00	16,40	16,20	6,50	6,5	1(W),3,7,a
	dazu Wildreis	250	326	6,2	1,4	74		
	<i>Gesamt</i>		582,00	22,60	17,60	80,50		
	Vegetarisch gefüllte Zucchinihälfte	180	242,00	9,40	13,70	19,60	8,0	a,b,7
	mit fruchtiger Tomatensauce	100	63,80	2,20	1,00	11,20		
	und Vollkornreis	200	334,00	6,80	1,20	66,00		
	<i>Gesamt</i>		639,80	18,40	15,90	96,80		
15.09.2025	"Landhauspfanne" herzhafte Spätzlpfanne	500	683,00	30,00	22,30	89,00	7,5	1(W),3,7,9
	mit Geflügelhackfleischbällchen, Paprika und grünen Bohnen							
	<i>Gesamt</i>		683,00	30,00	22,30	89,00		
	Schnitzel "Balkan Art"	120	262	19,2	12	19,2	8,0	1(W)
	in pikanter Sauce mit Paprikastreifen,	150	70	1	0,2	15,4		z
	dazu Langkornreis	200	262,00	5,60	0,80	62,00		
	<i>Gesamt</i>		594,00	25,80	13,00	96,60		
	"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		1(W)
	<i>Gesamt</i>		518,00	25,10	12,00	50,70		
	Gemüsefrikadelle	150	162,00	6,40	1,10	25,60	5,5	1(W),9
	mit Schnittlauchsauce,	100	46,50	2,20	1,20	5,10		1(W),3,7
	dazu Möhrenscheiben	100	28,00	3,10	1,10	4,10		
	und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		376,50	15,70	3,60	63,20		

Speiseplan September 2025 Nährwertangaben



Datum	Gericht	Rezeptur Gramm	kcal	Eiweiß	Fett	KH	BE-Angaben	Enthält folgende Zusatzstoffe / Allergene
16.09.2025	BIO-Spaghetti "Bolognese"	300	474,00	17,40	2,70	93,00	8,5	1(W)
	mit Hackfleischsauce	200	265,00	22,70	19,40	8,10		
	<i>Gesamt</i>		739,00	40,10	22,10	101,10		
	Fischpfanne "Kreta" Bandnudeln mit Wildlachs- und Seelachs-	450	486,00	31,00	14,00	55,80	4,5	1(W),4,8
	filetstückchen, MSC Shrimps, Gemüse, Olivenöl und Kräuter							
	<i>Gesamt</i>		486,00	31,00	14,00	55,80		
	Geflügelbratwurst	100	234,00	17,00	18,00	1,00	3,0	7,9
	mit brauner Sauce,	100	44,00	0,60	1,10	7,70		1(W),a
	dazu Broccoli	150	36,00	4,70	1,20	1,70		
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		454,00	26,30	20,50	38,80		
	"Kings Chop-Suey"	300	182,00	8,10	2,50	8,60	6,0	1(W),6,b
	mit Sojasprossen, Paprika, Porree, Möhren, Pilze und Sojasauce,							
	dazu Reis	200	334,00	6,80	1,20	66,00		
	<i>Gesamt</i>		516,00	14,90	3,70	74,60		
17.09.2025	Hähnchen "Cordon bleu"	150	228,00	24,30	6,70	15,60	4,0	b,1(W),7
	in Rahmsauce,	100	51,00	0,60	2,40	5,60		1(W),3,7,a
	dazu Blumenkohl	150	61,00	3,80	2,70	5,40		1(W),3,7
	dazu Kartoffelpüree	200	114,00	2,20	1,80	21,60		7
	<i>Gesamt</i>		454,00	30,90	13,60	48,20		
	Nackensteak	120	226,00	21,60	15,60		3,0	
	mit Zwiebelgemüse,	150	76,00	2,10	2,90	8,30		1(W),a
	dazu Kartoffelstampf	200	114,00	2,20	1,80	21,60		
	und Wachsbohnenalat	80	25,00	2,00	0,10	6,00		h
	<i>Gesamt</i>		441,00	27,90	20,40	35,90		
	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 Kohlrabi	150	54,60	1,50	1,90	7,40		1(W),3,7
	und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		474,90	18,20	23,60	44,80		
	Veg. Ravioli dazu cremige Gemüsesauce	300	462,00	14,20	6,50	82,50	7,5	1(W),3
	mit Zucchini, Zwiebel, Sauerrahm, Kräuter und Crème fraiche	200	146,00	2,50	11,40	6,80		1(W),3,7
	<i>Gesamt</i>		608,00	16,70	17,90	89,30		
18.09.2025	"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		
	Buntes Schweinegeschnetzeltes mit Mais, Zucchini,	300	336,00	28,40	7,20	12,80	3,5	1(W),3,7
	Möhren und grünen Bohnen in heller Sauce,							
	dazu Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		476,00	32,40	7,40	41,20		
	Gebratene Hähnchenbrust	120	174,00	32,40	3,60	0,00	3,5	
	mit Geflügelrahmsauce,	100	52,00	1,20	4,90	7,60		1(W),a,3,7
	dazu Leipziger Allerlei	150	38,00	3,10	1,10	4,10		
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		404,00	40,70	9,80	40,10		
	Milchreis	500	426,00	13,40	6,80	71,00	6,5	7
	mit Zimt und Zucker	4	16,10	0,00	0,00	4,00		
	<i>Gesamt</i>		442,1	13,4	6,8	75		

Speiseplan September 2025 Nährwertangaben



Datum	Gericht	Rezeptur Gramm	kcal	Eiweiß	Fett	KH	BE-Angaben	Enthält folgende Zusatzstoffe / Allergene
19.09.2025	Hackfleisch-Lauch-Pfanne mit Rindfleisch, Zwiebeln, Knoblauch,	300	336,00	29,20	19,40	11,40	6,5	1(W),3,7
	Chili und Sahne,							
	dazu Spiralnudeln	200	306,00	10,00	0,80	64,80		1(W)
	<i>Gesamt</i>		642,00	39,20	20,20	76,20		
	"Szegediner Gulasch"	300	264,00	27,20	13,50	5,00	3,0	1(W),a
	mit Sauerkraut							z
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		404,00	31,20	13,70	33,40		
	Gebratenes Alaska-Seelachsfilet	150	174,00	21,60	1,50	18,50	8,0	1(W),4
	in Dillsauce,	100	86,00	0,80	5,10	9,00		1(W),3,7
	dazu Langkornreis	200	262,00	5,60	0,80	62,00		
	und Blattsalat	80	69,00	0,70	4,40	5,20		
	<i>Gesamt</i>		591,00	28,70	11,80	94,70		
	Tomaten-Minestrone mit Sellerie, Möhre, Zwiebel, Knoblauch,	500	326,00	10,20	3,20	28,40	2,5	
	grüne und weiße Bohnen, Zucchini, Muschelnudeln							1(W),3,9
	<i>Gesamt</i>		326,00	10,20	3,20	28,40		
20.09.2025	Ostfriesische bunte Bohnensuppe	500	306,00	14,20	6,70	34,10	3,0	9
	mit Speck und Mettwurstscheiben							b,c
	<i>Gesamt</i>		306,00	14,20	6,70	34,10		
	Gebratene Putenbrust	150	128	29	1,2	0	6,0	
	mit Zwiebel-Frischkäsesauce,	100	126,00	2,20	4,90	8,40		1(W),3,7
	dazu Euromix	100	34,00	2,00	0,30	4,00		
	und Langkornreis	200	262,00	5,60	0,80	62,00		
	<i>Gesamt</i>		550,00	38,80	7,20	74,40		
	Frikadelle	100	268,00	16,00	18,00	12,00	4,5	1(W),3
	mit brauner Sauce,	100	41,30	0,70	2,50	4,00		a,1(W)
	dazu Prinzessbohnen	150	40,50	2,60	1,50	7,10		
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		489,80	23,30	22,20	51,50		
	Blumenkohl im Backteig	200	400,00	10,80	14,40	58,00	7,5	1(W),3
	dazu Kräuter-Knoblauchsauce	100	52,00	0,70	3,40	4,40		1(W),3,7
	und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		592,00	15,50	18,00	90,80		
21.09.2025	Bratrippchen	150	280,50	29,40	18,30	0,00	3,5	
	in Bratensauce,	100	41,30	0,70	2,50	4,00		1(W),a
	dazu Rotkohl	150	68,20	2,35	0,30	12,50		z
	und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		530,00	36,45	21,30	44,90		
	Hähnchenroulade "Florenz" mit Spinatcremefüllung	150	334,00	21,00	27,00	0,70	3,0	10,7
	mit Sauce Hollandaise	80	196,00	1,00	20,10	3,12		1(W),3,7
	dazu Kaisergemüse	150	38,00	3,10	1,10	4,10		
	Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		708,00	29,10	48,40	36,32		
	Kräuterbraten	150	207,00	24,50	11,80	0,00	3,0	
	in Sauce,	100	41,30	0,70	2,50	4,00		a,1(W)
	dazu Broccoli	150	36,00	4,70	1,20	1,70		
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		424,30	33,90	15,70	34,10		
	Grünkohl-Hanf-Bällchen in Kräuter-Senfsoße,	250	286,00	15,60	7,10	28,40	5,0	1(W),3,7,10
	dazu Möhrenscheiben	100	28,00	3,10	1,10	4,10		
	und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		454,00	22,70	8,40	60,90		

Speiseplan September 2025 Nährwertangaben



Datum	Gericht	Rezeptur Gramm	kcal	Eiweiß	Fett	KH	BE-Angaben	Enthält folgende Zusatzstoffe / Allergene
22.09.2025	"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>		653,00	32,00	45,20	38,90		
	Gebratene Hähnchenkeule	210	208,00	21,80	13,40	0,00	3,5	
	mit Geflügelrahmsauce,	100	52,00	1,20	4,90	7,60		1(W),a,3,7
	dazu mediterraner Gemüsemix	150	38,00	1,50	0,40	5,00		
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		438,00	28,50	18,90	41,00		
	Gebratenes Pangasiusfilet	120	109,00	25,10	0,90	0,00	3,5	1(W),4
	an Petersiliensauce,	100	77	1,6	4,4	8,1		1(W),3,7
	dazu Schmorgurke	100	18,00	1,20	0,40	3,60		
	und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		344,00	31,90	5,90	40,10		
	Hörnlinudeln "Tomate-Mozzarella"	300	394,00	14,20	1,80	79,00	7,5	1(W)
	mit Kirschtomaten und Basilikum	200	98,00	2,10	1,40	13,40		
	<i>Gesamt</i>		492,00	16,30	3,20	92,40		
23.09.2025	Jägerschnitzel	120	262,00	19,20	12,00	19,20	4,5	1(W)
	in Champignonrahmsauce,	100	36,70	1,40	2,10	3,50		a,b,c,e,1,3,7,12
	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>		512,70	27,10	18,90	55,00		
	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 Langkornteig	200	262,00	5,60	0,80	62,00		
	<i>Gesamt</i>		478,00	36,80	8,40	74,40		
	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		
	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		
24.09.2025	"Köttbullar" Rinderhackfleischbällchen	200	256,00	18,80	19,50	13,60	5	
	in Rahmsauce,							1(W),3,7,a
	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		
	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		a,1(W)
	dazu Blumenkohl in Béchamelsauce	150	61,00	3,80	2,70	5,40		1(W),3,7
	und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		487,3	25,7	24,8	43,1		
	Currygeschnetzeltes mit Hähnchen, Ananas und Pfirsich,	250	186	24,4	3,8	7,6	7,0	7,1(W),3
	dazu Basmatireis	200	357,00	8,00	2,80	74,00		
	<i>Gesamt</i>		543,00	32,40	6,60	81,60		
	Gemüsemedaillon	150	128	5,7	1,1	23,7	5,0	1(W),9
	dazu Rahmkohlrabi	150	51,60	1,50	1,90	7,40		3,7,1(W)
	und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		319,6	11,2	3,2	59,5		

Speiseplan September 2025 Nährwertangaben



Datum	Gericht	Rezeptur Gramm	kcal	Eiweiß	Fett	KH	BE- Angaben	Enthält folgende Zusatzstoffe / Allergene
25.09.2025	"Ostfriesischer Hüdel" Gegarte Hefeklöße	125	284,00	7,80	3,80	54,20	8,0	1(W),7,3
	in Vanillesauce	125	112,00	6,30	2,90	15,30		a,z,7
	mit warmen Birnenkompott	200	110,00	1,10	0,60	25,90		z
	<i>Gesamt</i>		506,00	15,20	7,30	95,40		
	Scheibe vom Putenbraten	150	160,50	36,20	1,50	0,00	3,5	
	in Sauce	100	41,30	0,70	2,50	4,00		1(W),a
	dazu Spitzkohl	150	69,00	3,20	2,60	8,40		1(W),3,7
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		410,80	44,10	6,80	40,80		
	Veg. Möhren-Erbseintopf mit Kartoffelwürfel und Kokosmilch	500	266	10,5	4,8	29,6	2,5	
	<i>Gesamt</i>		266,00	10,50	4,80	29,60		
	"Pilaw Oriental" Pfannengericht mit gekochtem Weizen,	500	480,00	18,20	8,00	78,40	7	1(W)
	Zucchini, Paprika, großen Bohnen, Zwiebeln und Tomaten,							
	dazu Minz-Joghurt dip	80	117,00	4,00	8,60	6,00		7
	<i>Gesamt</i>		597,00	22,20	16,60	84,40		
26.09.2025	Fischfrikadelle "Käpt'ns Art"	120	188,00	18,00	10,80	4,20	3	4
	mit Paprikasauce	150	82	1,6	2,8	7,1		1(W),3,7,a
	dazu Kartoffelpüree	200	114,00	2,20	1,80	21,60		7
	und Tomatensalat	80	36,00	0,80	0,40	3,10		
	<i>Gesamt</i>		420,00	22,60	15,80	36,00		
	2 große Leberklöße	150	324,00	17,70	17,00	25,00	5,5	1(W),3
	Sauce	100	41,30	0,70	2,50	4,00		1(W),a
	dazu Sauerkraut	150	51,70	1,60	0,20	8,70		z
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		557,00	24,00	19,90	66,10		
	Hähnchenfiletstückchen "Gärtnerin Art"	300	208,00	28,80	4,90	8,30	3,0	1(W),3,7
	in heller Sauce mit Gemüseinlage,							
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		348,00	32,80	5,10	36,70		
	Orientalischer Kichererbseneintopf mit Kartoffelwürfel,	500	302,00	14,10	6,70	39,40	3,5	7
	Knoblauch, Tomatenmark, Limettensaft und Naturjoghurt							
	<i>Gesamt</i>		302,00	14,10	6,70	39,40		
27.09.2025	Mecklenburger Graupensuppe mit Suppengrün und Rindfleisch	500	422,00	29,20	5,60	58,20	5,0	1(G),9
	dazu ein Kaiserbrötchen	60	144,00	4,30	0,80	29,30		1(W)
	<i>Gesamt</i>		422,00	29,20	5,60	58,20		
	Wirsingroulade	200	222,00	11,40	12,00	6,40	3,5	7,1
	in Specksauce	100	152,00	6,30	10,40	8,60		1(W),a,b,c
	mit Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	<i>Gesamt</i>		514,00	21,70	22,60	43,40		
	Schweinegulasch in Sauce	230	234,30	25,20	13,10	4,00	8,0	a,1(W)
	dazu Erbsen	100	50,00	5,00	0,90	2,90		
	dazu Spiralnudeln	250	420	14,4	1,8	86,4		1(W)
	<i>Gesamt</i>		704,30	44,60	15,80	93,30		
	"Retropfanne"	300	164,00	3,60	5,60	18,40	7,0	1(W),3,7
	mit Pastinaken, Knollensellerie, Möhren, Zwiebeln, Curry, Topinambur							
	und Vollkornreis	200	334,00	6,80	1,20	66,00		
	<i>Gesamt</i>		498,00	10,40	6,80	84,40		

Speiseplan September 2025 Nährwertangaben



Datum	Gericht	Rezeptur Gramm	kcal	Eiweiß	Fett	KH	BE-Angaben	Enthält folgende Zusatzstoffe / Allergene
28.09.2025	Burgunderschinkenbraten (vom Schwein)	100	203,00	24,60	11,60	0,00	4,0	
	in dunkler Sauce	100	41,30	0,70	2,50	4,00		1(W),a
	dazu Schwarzwurzeln	150	86,00	1,90	2,00	15,70		1(W),7,3
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		470,30	31,20	16,30	48,10		
	Geschmorte Ochsenbrust	150	193,00	24,50	10,60	0,00	3,5	
	in Bratensauce	100	44,00	0,60	1,10	7,70		a,1(W)
	dazu Rosenkohl	150	54,00	5,30	2,00	3,80		1(W),7,3
	und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		431,00	34,40	13,90	39,90		
	Glasierter Putenbraten	100	160,00	36,50	1,50		6,5	
	mit Aprikosensauce,	100	62,00	2,10	2,90	6,80		1(W),a
	dazu Möhrenstifte	150	38,00	3,10	1,10	4,10		
	dazu Langkornreis	200	334	6,8	1,2	66		
	Gesamt		594,00	48,50	6,70	76,90		
	Schupfnudel-Pfanne mit Sauerkraut und Zwiebel	400	552,00	14,80	3,40	86,00	8	1(W),3
	dazu Petersiliencreme	100	77	1,6	4,4	8,1		1(W),3,7
	Gesamt		629,00	16,40	7,80	94,10		
29.09.2025	Spaghetti "Carbonara"	200	316	11,6	1,8	62	6,0	1(W)
	mit Schinken-Sahnesauce	150	155	7,8	8,9	11,9		1(W),3,7,b,c,j
	Gesamt		471	19,4	10,7	73,9		
	"Berner Pfanne"	300	326,00	31,40	10,80	12,20	4,0	1(W),7,3
	Hähnchengeschnetzeltes in Käse-Paprikasauce,							
	dazu Kartoffelrösti	150	273,00	3,75	12,45	36,00		
	Gesamt		599,00	35,15	23,25	48,20		
	3 Geflügelhackbällchen	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		
	Gesamt		585,40	24,40	27,70	56,20		
	Vegetarische gefüllte rote Paprikaschote	200	234,00	3,20	5,10	2,90	6,5	1(W),3,6,9,10
	in fruchtiger Tomatensauce,	100	63,80	2,20	1,00	11,20		
	und Vollkornreis	200	334,00	6,80	1,20	66,00		
	Gesamt		631,80	12,20	7,30	80,10		
30.09.2025	Kartoffelgratin "Elsässer Art"	500	639,00	13,40	44,20	48,40	4,0	
	gewürfelter Bauchspeck, Zwiebeln, Knoblauch, Sahne,							3,7
	Muskat und gratinierter Emmentaler							b,c
	Gesamt		639,00	13,40	44,20	48,40		
	Bauernfrikadelle	100	268	16	18	12	4,5	1(W),3
	in pikanter Senfsauce (mit Zwiebeln, Sahne und Petersilie),	100	92,00	2,00	5,50	8,80		1(W),10,a
	dazu grüne Bohnen	150	40,50	2,60	1,50	7,10		
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		540,5	24,6	25,2	56,3		
	Rindergeschnetzeltes in Sauce	200	210,00	23,90	11,60	2,30	3,0	a,1(W)
	dazu Blumenkohl	150	61,00	3,80	2,70	5,40		1(W),3,7
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		411,00	31,70	14,50	36,10		
	Rigatoni "con Spinaci"	250	465,00	18,40	3,00	82,00	7,5	1(W)
	Sauce mit Blattspinat, Gorgonzola, Frühlingszwiebeln und Knoblauch	200	192,00	7,60	8,60	6,50		1(W),3,7
	Gesamt		657,00	26,00	11,60	88,50		

"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 = „coffeinhaltig“, l = „chinhaltig“, 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=Sesamsamen und Erzeugnisse daraus, 12=Schwefeldioxid und Sulfite, 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."