

# Speiseplan Juli 2026 Nährwertangaben



| Datum                               | Gericht  | Rezeptur Gramm | kcal          | Eiweiß       | Fett         | KH           | BE-Angaben | Enthält folgende Zusatzstoffe / Allergene |
|-------------------------------------|--|----------------|---------------|--------------|--------------|--------------|------------|---|
| 01.07.2026                          | <b>Geschnetzeltes "Bombay" mit Zwiebel, Mandarine, Banane,</b> | 300            | 312           | 23,2         | 7,6          | 9,6          | 7,0        | 1(W),3,7                                  |
|                                     | Erdnüssen und Curry,   |                |               |              |              |              |            |   |
|                                     | dazu Basmatireis   | 200            | 357,00        | 8,00         | 2,80         | 74,00        |            |   |
|                                     | <b>Gesamt</b>  |                | <b>669,00</b> | <b>31,20</b> | <b>10,40</b> | <b>83,60</b> |            |   |
|                                     | <b>Wirsingroulade</b>  | 200            | 222,00        | 11,40        | 12,00        | 6,40         | 4,0        | 7,1                                       |
|                                     | in Specksauce  | 150            | 228,00        | 9,45         | 15,60        | 12,90        |            |   |
|                                     | mit Salzkartoffeln   | 200            | 140,00        | 4,00         | 0,20         | 28,40        |            |   |
|                                     | <b>Gesamt</b>  |                | <b>590,00</b> | <b>24,85</b> | <b>27,80</b> | <b>47,70</b> |            |   |
|                                     | <b>Hackbraten</b>  | 100            | 239,00        | 12,00        | 19,00        | 5,00         | 3,5        | 1(W), 10                                  |
|                                     | in Sauce,  | 100            | 41,30         | 0,70         | 2,50         | 4,00         |            |   |
|                                     | dazu Kaisergemüse  | 130            | 32,93         | 2,69         | 0,95         | 3,55         |            |   |
|                                     | und Kartoffeln   | 200            | 140,00        | 4,00         | 0,20         | 28,40        |            |   |
|                                     | <b>Gesamt</b>  |                | <b>453,23</b> | <b>19,39</b> | <b>22,65</b> | <b>40,95</b> |            |   |
|                                     | <b>Gemüsebratling</b>  | 150            | 128,00        | 7,50         | 1,40         | 22,50        | 4,5        | 1(W),9                                    |
| dazu BIO-Kohlrabi in Rahm           | 150  | 51,60          | 1,50          | 1,90         | 7,40         |              |            |   |
| dazu Stampfkartoffeln               | 250  | 171,00         | 2,80          | 1,80         | 24,70        |              |            |   |
| <b>Gesamt</b>                       |  | <b>350,60</b>  | <b>11,80</b>  | <b>5,10</b>  | <b>54,60</b> |              |            |   |
| 02.07.2026                          | <b>"Chili con Carne"</b>                                       | 300            | 295,38        | 25,85        | 14,31        | 18,58        | 7,0        |   |
|                                     | Rinderhackfleisch, Mais, Zwiebeln, Paprika und Kidneybohnen,   |                |               |              |              |              |            |   |
|                                     | dazu Reis  | 200            | 334,00        | 6,80         | 1,20         | 66,00        |            |   |
|                                     | <b>Gesamt</b>  |                | <b>629,38</b> | <b>32,65</b> | <b>15,51</b> | <b>84,58</b> |            |   |
|                                     | <b>Gegrillter Putenbraten</b>                                  | 100            | 119,00        | 27,30        | 1,10         | 0,00         | 3,5        |   |
|                                     | mit Frischkäse-Pilzragout mit Paprika und Schnittlauch,        | 200            | 145,00        | 6,30         | 8,40         | 11,00        |            |   |
|                                     | dazu Salzkartoffeln  | 200            | 140,00        | 4,00         | 0,20         | 28,40        |            |   |
|                                     | <b>Gesamt</b>  |                | <b>404,00</b> | <b>37,60</b> | <b>9,70</b>  | <b>39,40</b> |            |   |
|                                     | <b>Schweinegulasch in Sauce</b>                                | 200            | 203,74        | 21,91        | 11,39        | 3,48         | 3,0        | 1(W),a                                    |
|                                     | dazu Erbsen  | 100            | 60,00         | 5,00         | 1,00         | 5,40         |            |   |
|                                     | und Salzkartoffeln   | 200            | 140,00        | 4,00         | 0,20         | 28,40        |            |   |
|                                     | <b>Gesamt</b>  |                | <b>403,74</b> | <b>30,91</b> | <b>12,59</b> | <b>37,28</b> |            |   |
|                                     | <b>"Trilogie von frischem Gemüse" *</b>                        | 200            | 68,00         | 8,40         | 1,80         | 3,40         | 3,0        | 1(W),3,7                                  |
|                                     | Broccoli, Blumenkohl, Romenesco                                |                |               |              |              |              |            |   |
| mit holländischer Sauce             | 100  | 251            | 1,9           | 25           | 4,3          |              |            |   |
| und Kartoffeln                      | 200  | 140,00         | 4,00          | 1,00         | 28,40        |              |            |   |
| <b>Gesamt</b>                       |  | <b>459,00</b>  | <b>14,30</b>  | <b>27,80</b> | <b>36,10</b> |              |            |   |
| 03.07.2026                          | <b>Sommereintopf mit Rindfleisch *</b>                         |                |               |              |              |              | 1,5        |   |
|                                     | mit Kohlrabi, Möhren, Kartoffelwürfel                          | 500            | 356,00        | 22,60        | 10,40        | 18,40        |            |   |
|                                     | und Creme légère   |                |               |              |              |              |            |   |
|                                     | <b>Gesamt</b>  |                | <b>356,00</b> | <b>22,60</b> | <b>10,40</b> | <b>18,40</b> |            |   |
|                                     | <b>Gebratenes Alaska-Seelachsfilet</b>                         | 150            | 174,00        | 21,60        | 1,50         | 18,50        | 5,0        | 1(W),4                                    |
|                                     | mit Kräutersauce,  | 100            | 90,00         | 1,10         | 5,40         | 9,70         |            |   |
|                                     | dazu Kaisergemüse  | 100            | 25,33         | 2,07         | 0,73         | 2,73         |            |   |
|                                     | und Kartoffeln   | 200            | 140           | 4            | 0,2          | 28,4         |            |   |
|                                     | <b>Gesamt</b>  |                | <b>429,33</b> | <b>28,77</b> | <b>7,83</b>  | <b>59,33</b> |            |   |
|                                     | <b>Hähnchenschenkel</b>  | 210            | 208,00        | 21,80        | 13,40        | 0,00         | 6,5        |   |
|                                     | mit Sauce,   | 100            | 46,60         | 0,66         | 0,13         | 10,26        |            |   |
|                                     | dazu Broccoli  | 130            | 31,20         | 4,07         | 0,26         | 3,38         |            |   |
|                                     | dazu Reis  | 200            | 262,00        | 5,60         | 0,80         | 62,00        |            |   |
|                                     | <b>Gesamt</b>  |                | <b>547,80</b> | <b>32,13</b> | <b>14,59</b> | <b>75,64</b> |            |   |
| <b>Cremiger Vollmilch-Grießbrei</b> | 400  | 347,43         | 16,57         | 6,17         | 5,49         | 2,0          | 1(W),7     |   |
| mit kaltem Zwetschgenkompott        | 150  | 146,00         | 0,70          | 0,30         | 16,20        |              |            |   |
| <b>Gesamt</b>                       |  | <b>493,43</b>  | <b>17,27</b>  | <b>6,47</b>  | <b>21,69</b> |              |            |   |

# Speiseplan Juli 2026 Nährwertangaben



| Datum                                  | Gericht                                | Rezeptur Gramm | kcal   | Eiweiß | Fett  | KH     | BE-Angaben | Enthält folgende Zusatzstoffe / Allergene |
|--|--|----------------|--------|--------|-------|--------|------------|---|
| 04.07.2026                             | <b>Ostfriesische bunte Bohnensuppe</b> | 500            | 306,00 | 14,20  | 6,70  | 34,10  | 3,0        | 9   |
|  | mit Speck und Mettwurstscheiben        |                |        |        |       |        |            | b,c                                       |
|  | <b>Gesamt</b>                          |                | 306,00 | 14,20  | 6,70  | 34,10  |            |   |
|  | <b>Kassler</b>                         | 100            | 175    | 21     | 9,8   | 1,1    | 4,0        | c,b                                       |
|  | in Bratensauce,                        | 100            | 54     | 1,1    | 5,7   | 7,9    |            | 1(W),a,                                   |
|  | dazu Sauerkraut mit Apfel und Zwiebel  | 180            | 62,04  | 1,92   | 0,24  | 10,44  |            | z   |
|  | und Kartoffeln                         | 200            | 140,00 | 4,00   | 0,20  | 28,40  |            |   |
|  | <b>Gesamt</b>                          |                | 431,04 | 28,02  | 15,94 | 47,84  |            |   |
|  | <b>Geflügelfrikadelle</b>              | 120            | 268,00 | 16,00  | 18,00 | 6,20   | 3,5        | 1(W),3,7,10                               |
|  | in Sauce,                              | 100            | 54,00  | 1,10   | 5,70  | 7,90   |            | 1(W),a                                    |
|  | dazu Prinzessbohnen                    | 100            | 27,00  | 1,73   | 1,00  | 4,73   |            |   |
|  | und Kartoffelpüree                     | 200            | 114,00 | 2,20   | 1,80  | 21,60  |            | 7   |
|  | <b>Gesamt</b>                          |                | 463,00 | 21,03  | 26,50 | 40,43  |            |   |
|  | <b>Gemüse-Maultaschen *</b>            | 300            | 520,00 | 21,50  | 16,00 | 72,20  | 7,0        | 1(W)3,9                                   |
| mit zartem Gemüse gefüllt              |  |                |        |        |       |        |            |   |
| in leichter Frischkäsesauce            | 150                                    | 90,00          | 1,10   | 5,40   | 9,70  |        |            |   |
| <b>Gesamt</b>                          |  | 610,00         | 22,60  | 21,40  | 81,90 |        |            |   |
| 05.07.2026                             | <b>"Snirtje Braa"</b>                  | 150            | 203,00 | 24,60  | 11,60 | 0,00   | 4,0        |   |
|  | in Bratenfond                          | 100            | 41,30  | 0,70   | 2,50  | 4,00   |            | a,1(W)                                    |
|  | dazu Apfel-Rotkohl                     | 180            | 81,84  | 2,83   | 0,36  | 15,00  |            | z   |
|  | und Salzkartoffeln                     | 200            | 140,00 | 4,00   | 0,20  | 28,40  |            |   |
|  | <b>Gesamt</b>                          |                | 466,14 | 32,13  | 14,66 | 47,40  |            |   |
|  | <b>Tellerbraten vom Rind *</b>         | 100            | 160,00 | 27,20  | 3,70  | 1,80   | 4,5        |   |
|  | mit klassischer Bratensauce,           | 100            | 44,00  | 0,60   | 1,10  | 7,70   |            | 1(W),a                                    |
|  | dazu Rosenkohl                         | 150            | 54,00  | 5,30   | 2,00  | 3,80   |            |   |
|  | und Klöße                              | 150            | 173,00 | 2,40   | 0,20  | 40,50  |            |   |
|  | <b>Gesamt</b>                          |                | 431,00 | 35,50  | 7,00  | 53,80  |            |   |
|  | <b>Putenbrust "natur"</b>              | 150            | 128    | 29     | 1,2   | 0      | 3,0        |   |
|  | mit Geflügelsauce,                     | 100            | 38,00  | 1,00   | 1,40  | 4,80   |            | 1(W),a                                    |
|  | dazu Leipziger Allerlei                | 100            | 25,33  | 2,07   | 0,73  | 2,73   |            |   |
|  | und Salzkartoffeln                     | 200            | 140,00 | 4,00   | 0,20  | 28,40  |            |   |
| <b>Gesamt</b>                          |  | 331,33         | 36,07  | 3,53   | 35,93 |        |            |   |
| <b>Drillinge (mit Schale) *</b>        | 250                                    | 219,00         | 5,40   | 0,90   | 43,50 | 4,0    |            |   |
| mit Rosmarin und Meersalz und Zucchini | 100                                    | 22,00          | 1,80   | 0,50   | 1,80  |        |            |   |
| dazu Kräuterquark                      | 100                                    | 137,00         | 8,90   | 9,40   | 3,90  |        | 7          |   |
| <b>Gesamt</b>                          |  | 378,00         | 16,10  | 10,80  | 49,20 |        |            |   |
| 06.07.2026                             | <b>Putenschnitzel "Balkan Art"</b>     | 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  |            |   |
|  | <b>Gesamt</b>                          |                | 594,00 | 25,80  | 13,00 | 96,60  |            |   |
|  | <b>Fränkische Bratwurst (grob)</b>     | 100            | 234,00 | 17,00  | 18,00 | 1,00   | 3,5        |   |
|  | mit brauner Sauce,                     | 100            | 44,00  | 0,60   | 1,10  | 7,70   |            | 1(W),a,                                   |
|  | dazu Blumenkohl in Béchamel            | 150            | 61,00  | 3,80   | 2,70  | 5,40   |            | 1(W),3,7                                  |
|  | und Kartoffeln                         | 200            | 140,00 | 4,00   | 0,20  | 28,40  |            |   |
|  | <b>Gesamt</b>                          |                | 479,00 | 25,40  | 22,00 | 42,50  |            |   |
|  | <b>Kohlrabieintopf</b>                 | 500            | 301,04 | 24,69  | 8,54  | 30,42  | 2,5        | 7   |
|  | mit Fleischeinlage                     |                |        |        |       |        |            |   |
|  | <b>Gesamt</b>                          |                | 301,04 | 24,69  | 8,54  | 30,42  |            |   |
|  | <b>Griechische Kartoffelpfanne *</b>   | 400            | 520,00 | 10,80  | 25,40 | 42,40  | 4,0        | 3,7                                       |
|  | mit Paprika, Auberginen und Zucchini   |                |        |        |       |        |            |   |
| und Tzatziki                           | 80                                     | 47,00          | 1,80   | 3,20   | 2,80  |        |            |   |
| <b>Gesamt</b>                          |  | 567,00         | 12,60  | 28,60  | 45,20 | 3,7,10 |            |   |

# Speiseplan Juli 2026 Nährwertangaben



| Datum   | Gericht   | Rezeptur Gramm | kcal   | Eiweiß | Fett   | KH       | BE-Angaben | Enthält folgende Zusatzstoffe / Allergene |
|---|---|----------------|--------|--------|--------|----------|------------|---|
| 07.07.2026  | <b>Heringsstipp in Sahnesauce mit Äpfeln, Zwiebeln und Gurke,</b>     | 250            | 472,00 | 17,80  | 38,60  | 2,60     | 2,5        | 3,4,7,c,z                                 |
|   | dazu Dampfkartoffeln  | 200            | 140    | 4      | 0,2    | 28,4     |            |   |
|   | <b>Gesamt</b>   |                | 612,00 | 21,80  | 38,80  | 31,00    |            |   |
|   | <b>Schweineschulter</b>   | 150            | 203,00 | 24,60  | 11,60  | 0,00     | 3,5        | b,c                                       |
|   | mit Bratensauce   | 100            | 44,00  | 0,60   | 1,10   | 7,70     |            | 1(W),a                                    |
|   | dazu Rahmwirsing  | 150            | 61,8   | 2,9    | 2,22   | 8,2      |            | 1(W),3,7                                  |
|   | und Kartoffeln  | 200            | 140,00 | 4,00   | 0,20   | 28,40    |            |   |
|   | <b>Gesamt</b>   |                | 448,80 | 32,10  | 15,12  | 44,30    |            |   |
|   | <b>Eieromelette</b>   | 80             | 116,00 | 8,80   | 7,20   | 4,00     | 3,0        | 3,7                                       |
|   | dazu Spinat   | 200            | 71,20  | 5,47   | 3,47   | 4,67     |            | 1(W),3,7                                  |
|   | und Salzkartoffeln  | 200            | 140,00 | 4,00   | 0,20   | 28,40    |            |   |
|   | <b>Gesamt</b>   |                | 327,20 | 18,27  | 10,87  | 37,07    |            |   |
|   | <b>Spaghetti "Napoli"</b>   | 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    |            |   |
| <b>Gesamt</b>   |   | 556,60         | 20,60  | 4,40   | 107,80 |          |            |   |
| 08.07.2026  | <b>"Omas Linseneintopf" mit Kartoffelwürfel, Suppengrün, Zwiebel,</b> | 500            | 516,00 | 27,10  | 14,80  | 35,80    | 3,0        | 9,b,c                                     |
|   | Speck und Bockwurstscheiben   |                |        |        |        |          |            |   |
|   | <b>Gesamt</b>   |                | 516,00 | 27,10  | 14,80  | 35,80    |            |   |
|   | <b>Schweinefrikadelle</b>   | 100            | 268    | 16     | 18     | 12       | 2,5        | 1(W),3                                    |
|   | in Pfeffersauce   | 100            | 86,00  | 0,80   | 5,10   | 9,00     |            | 1(W),3,7                                  |
|   | mit grünen Bohnen   | 100            | 34,00  | 1,80   | 0,10   | 4,40     |            |   |
|   | und Gabelspaghetti  | 200            | 34,00  | 1,80   | 0,10   | 4,40     |            | 1(W)                                      |
|   | <b>Gesamt</b>   |                | 422,00 | 20,40  | 23,30  | 29,80    |            |   |
|   | <b>Putengulasch</b>   | 100            | 169,00 | 27,00  | 6,50   | 0,50     | 3,5        |   |
|   | in Sauce,   | 100            | 54,00  | 1,10   | 5,70   | 7,90     |            | 1(W),a                                    |
|   | dazu Fingermöhren   | 150            | 38,00  | 3,10   | 1,10   | 4,10     |            |   |
|   | und Salzkartoffeln  | 200            | 140,00 | 4,00   | 0,20   | 28,40    |            |   |
|   | <b>Gesamt</b>   |                | 401,00 | 35,20  | 13,50  | 40,90    |            |   |
|   | <b>"Pilaw Oriental" Pfannengericht mit gekochtem Weizen,</b>          | 400            | 384,00 | 14,56  | 6,40   | 62,72    | 5,5        | 1(W)                                      |
| Zucchini, Paprika, großen Bohnen, Zwiebeln und Tomaten, |   |                |        |        |        |          |            |   |
| dazu Minz-Joghurtdip                                    | 80  | 117,00         | 4,00   | 8,60   | 6,00   | 7        |            |   |
| <b>Gesamt</b>   |   | 501,00         | 18,56  | 15,00  | 68,72  |          |            |   |
| 09.07.2026  | <b>Ostfriesische dicke Bohnen</b>                                     | 200            | 168    | 12,4   | 1,2    | 10,4     | 3,5        | 1(W),3,7                                  |
|   | mit Meitenden   | 100            | 286,60 | 14,22  | 25,00  | 1,22     |            | b,c                                       |
|   | und Salzkartoffeln  | 200            | 140,00 | 4,00   | 0,20   | 28,40    |            |   |
|   | <b>Gesamt</b>   |                | 594,60 | 30,62  | 26,40  | 40,02    |            |   |
|   | <b>Panierte Bauchscheibe</b>  | 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 Rahmwirsing  | 150            | 61,8   | 2,9    | 2,22   | 8,2      |            | 1(W),3,7                                  |
|   | und Kartoffeln  | 200            | 140,00 | 4,00   | 0,20   | 28,40    |            |   |
|   | <b>Gesamt</b>   |                | 548,10 | 20,60  | 25,92  | 56,60    |            |   |
|   | <b>Rindergeschnetzeltes</b>   | 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     |            | 1(W),3,7                                  |
|   | und Kartoffeln  | 200            | 140,00 | 4,00   | 0,20   | 28,40    |            |   |
|   | <b>Gesamt</b>   |                | 411,00 | 31,70  | 14,50  | 36,10    |            |   |
|   | <b>3 Kartoffeltaschen "Frischkäse-Kräuter"</b>                        | 225            | 409,00 | 6,75   | 22,50  | 43,00    | 4,5        | 7   |
| dazu leichte Käsesauce                                  | 125   | 107,50         | 2,75   | 5,25   | 5,88   | 1(W),3,7 |            |   |
| und Buttergemüse  | 125   | 92,50          | 3,13   | 5,75   | 4,88   | 7        |            |   |
| <b>Gesamt</b>   |   | 609,00         | 12,63  | 33,50  | 53,75  |          |            |   |

# Speiseplan Juli 2026 Nährwertangaben



| Datum                 | Gericht   | Rezeptur Gramm   | kcal   | Eiweiß | Fett  | KH    | BE-Angaben | Enthält folgende Zusatzstoffe / Allergene |            |
|-----------------------|---|--|--------|--------|-------|-------|------------|---|------------|
| 10.07.2026            | <b>Käse-Lauch-Suppe mit Rinderhackfleisch und Schmelzkäse</b>   | 500  | 406,00 | 22,80  | 49,20 | 26,10 | 2,0        | 1(W),3,7                                  |            |
|                       | dazu ein Kaiserbrötchen   | 60   | 144,00 | 4,30   | 0,80  | 29,30 |            | 1(W)                                      |            |
|                       | <b>Gesamt</b>   |  | 406,00 | 22,80  | 49,20 | 26,10 |            |   |            |
|                       |   | <b>Ungarisches Gulasch mit Schweinefleisch, Paprika, Tomatenmark, Zwiebeln, Knoblauch und Majoran,</b> | 250    | 274,00 | 26,00 | 11,20 | 8,40       | 3,0                                       | 1(W),a     |
|                       |   | dazu Kartoffeln  | 200    | 140,00 | 4,00  | 0,20  | 28,40      |   |            |
|                       |   | <b>Gesamt</b>  |        | 414,00 | 30,00 | 11,40 | 36,80      |   |            |
|                       |   |  |        |        |       |       |            |   |            |
|                       |   | <b>Gebratenes Pangasiusfilet</b>   | 120    | 109,00 | 25,10 | 0,90  | 0,00       | 3,0                                       | 1(W),4     |
|                       |   | in Zitronenbuttersauce   | 100    | 52,00  | 1,40  | 3,00  | 5,10       |   | 1(W),3,7   |
|                       |   | dazu Kaisergemüse  | 130    | 32,93  | 2,69  | 0,95  | 3,53       |   |            |
|                       |   | und Kartoffeln   | 200    | 140,00 | 4,00  | 0,20  | 28,40      |   |            |
|                       |   | <b>Gesamt</b>  |        | 333,93 | 33,19 | 5,05  | 37,03      |   |            |
|                       | <b>Gemüsepfanne "Flandern" * mit gelben und orangen Möhren, Schwarzwurzeln, Romanobohnen, Kartoffelscheiben</b> | 450  | 336,00 | 9,20   | 3,60  | 48,00 | 4,0        | 1(W),3,7                                  |            |
|                       | <b>Gesamt</b>   |  | 336,00 | 9,20   | 3,60  | 48,00 |            |   |            |
|                       |   |  |        |        |       |       |            |   |            |
| 11.07.2026            | <b>"Nasi Goreng"</b>  | 400  | 358,60 | 24,48  | 11,52 | 43,20 | 3,5        | 1(W),6,10                                 |            |
|                       | mit Hähnchenbruststreifen und Gemüse, Kokos und Curry   |  |        |        |       |       |            |   |            |
|                       | <b>Gesamt</b>   |  | 358,60 | 24,48  | 11,52 | 43,20 |            |   |            |
|                       |   | <b>Geschmorter Schweinekamm</b>  | 150    | 203    | 24,6  | 11,6  | 0          | 3,5                                       |            |
|                       |   | in Bratensauce,  | 100    | 54     | 1,1   | 5,7   | 7,9        |   | 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      |   |            |
|                       |   | <b>Gesamt</b>  |        | 466    | 32,9  | 20,1  | 44,7       |   |            |
|                       |   | <b>Gemüse Eintopf mit Markklößchen</b>   | 500    | 323,00 | 14,60 | 4,10  | 52,20      | 4,5                                       | 1(W),3,7   |
|                       |   | Petersilie, Pastinaken, Tomatenmark, Karotten, Kohlrabi, weiße Bohnen, Muschelnudeln                   |        |        |       |       |            |   |            |
|                       |   | <b>Gesamt</b>  |        | 323,00 | 14,60 | 4,10  | 52,20      |   |            |
|                       |   | <b>BIO-Dinkel-Pasta</b>  | 250    | 348,00 | 12,00 | 1,30  | 70,00      | 7,0                                       | 1(D)       |
| mit Schnittlauchsauce |   | 150  | 76,50  | 0,90   | 5,10  | 6,45  | 1(W),3,7   |   |            |
| und BIO-Erbсен        |   | 100  | 57,69  | 5,77   | 1,08  | 6,38  |            |   |            |
| <b>Gesamt</b>         |   |  | 482,19 | 18,67  | 7,48  | 82,83 |            |   |            |
| 12.07.2026            | <b>Poulardenbrust auf Sahnelinsen *</b>   | 100  | 109,00 | 22,00  | 1,50  | 1,40  | 4,0        |   |            |
|                       | mit Linsen, Senf, Sellerie, Möhren, Zwiebeln und Sahne,   | 200  | 276,00 | 12,40  | 16,20 | 19,60 |            | 1(W),3,7,10                               |            |
|                       | und Salzkartoffeln  | 200  | 140,00 | 4,00   | 0,20  | 28,40 |            |   |            |
|                       | <b>Gesamt</b>   |  | 525,00 | 38,40  | 17,90 | 49,40 |            |   |            |
|                       |   | <b>Italienisches Lammragout</b>  | 300    | 336,00 | 24,20 | 23,80 | 4,90       | 6,0                                       | 1(W),a,b,c |
|                       |   | mit Speck, Zwiebeln, Knoblauch, Tomatenmark und Zimt,  |        |        |       |       |            |   |            |
|                       |   | dazu Bandnudeln  | 200    | 350    | 13    | 2     | 68         |   | 1(W),3     |
|                       |   | <b>Schweinebraten</b>  | 150    | 203,00 | 24,60 | 11,60 | 0,00       | 3,5                                       |            |
|                       |   | in Sauce,  | 100    | 54,00  | 1,10  | 5,70  | 7,90       |   | 1(W),a     |
|                       |   | dazu Leipziger Allerlei  | 100    | 25,33  | 2,07  | 0,73  | 2,73       |   |            |
|                       |   | und Salzkartoffeln   | 200    | 140,00 | 4,00  | 0,20  | 28,40      |   |            |
|                       |   | <b>Gesamt</b>  |        | 422,33 | 31,77 | 18,23 | 39,03      |   |            |
|                       | <b>Buntes Gemüseragout in feiner Kerbelsauce</b>  | 300  | 189,00 | 10,40  | 4,70  | 16,20 | 6,5        | 1(W),3,7                                  |            |
|                       | dazu BIO-Reis   | 200  | 262,00 | 5,60   | 0,80  | 62,00 |            |   |            |
|                       | <b>Gesamt</b>   |  | 451,00 | 16,00  | 5,50  | 78,20 |            |   |            |

# Speiseplan Juli 2026 Nährwertangaben



| Datum  | Gericht  | Rezeptur Gramm | kcal   | Eiweiß | Fett  | KH       | BE-Angaben | Enthält folgende Zusatzstoffe / Allergene |
|--|--|----------------|--------|--------|-------|----------|------------|---|
| 13.07.2026   | <b>BIO-Spaghetti "Bolognese"</b>                                 | 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   |            |   |
|  | <b>2 große Leberklöße</b>  | 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  | 180            | 62,04  | 1,92   | 0,24  | 10,44    |            | z   |
|  | und Salzkartoffeln   | 200            | 140,00 | 4,00   | 0,20  | 28,40    |            |   |
|  | <i>Gesamt</i>  |                | 567,34 | 24,32  | 19,94 | 67,84    |            |   |
|  | <b>Geflügelbratwurst</b>   | 100            | 234,00 | 17,00  | 18,00 | 1,00     | 3,5        | 7,9                                       |
|  | mit brauner Sauce,   | 100            | 44,00  | 0,60   | 1,10  | 7,70     |            | 1(W),a                                    |
|  | dazu Kohlrabi  | 150            | 54,60  | 1,50   | 1,90  | 7,40     |            | 1(W),3,7                                  |
|  | und Salzkartoffeln   | 200            | 140,00 | 4,00   | 0,20  | 28,40    |            |   |
|  | <i>Gesamt</i>  |                | 472,60 | 23,10  | 21,20 | 44,50    |            |   |
|  | <b>Blumenkohl-Käse-Medaillon</b>                                 | 145            | 193,00 | 8,70   | 4,50  | 29,40    | 6,0        | 1(W),3,7                                  |
| mit Béchamelsauce,   | 150  | 220,20         | 9,15   | 14,85  | 12,00 | 1(W),3,7 |            |   |
| und Salzkartoffeln   | 200  | 140,00         | 4,00   | 0,20   | 28,40 |          |            |   |
| <i>Gesamt</i>  |  | 553,20         | 21,85  | 19,55  | 69,80 |          |            |   |
| 14.07.2026   | <b>"Berliner Currywurst"</b>                                     | 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    |            |   |
|  | <b>Hähnchen "süß-sauer"</b>                                      | 300            | 367,20 | 32,88  | 14,16 | 10,08    | 6,0        | 1(W),6,a                                  |
|  | rote Paprika, Sojasauce, Zwiebel, Ananas, Knoblauch, Tomatenmark |                |        |        |       |          |            | b   |
|  | dazu Reis  | 200            | 262,00 | 5,60   | 0,80  | 62,00    |            |   |
|  | <i>Gesamt</i>  |                | 629,20 | 38,48  | 14,96 | 72,08    |            |   |
|  | <b>2 gekochte Eier</b>   | 80             | 103,00 | 10,40  | 6,40  | 0,00     | 3,0        | 3   |
|  | in Senfsauce,  | 100            | 92,00  | 2,00   | 5,50  | 8,80     |            | 1(W),7,10,3                               |
| dazu BIO-Spinat  | 150  | 53,40          | 4,10   | 2,60   | 3,50  | 1(W),3,7 |            |   |
| und Kartoffeln   | 200  | 114,00         | 2,20   | 1,80   | 21,60 |          |            |   |
| <i>Gesamt</i>  |  | 362,40         | 18,70  | 16,30  | 33,90 |          |            |   |
| <b>Patros-Pfanne</b>   | 500  | 424,80         | 13,68  | 25,20  | 32,80 | 2,5      | 7          |   |
| mit Fetakäse, Paprika, Zucchini, Aubergine, frittierte Kartoffelwürfel |  |                |        |        |       |          |            |   |
| <i>Gesamt</i>  |  | 424,80         | 13,68  | 25,20  | 32,80 |          |            |   |
| 15.07.2026   | <b>3 Eierpfannkuchen</b>   | 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   |
|  | <i>Gesamt</i>  |                | 444,00 | 15,15  | 7,45  | 78,60    |            |   |
|  | <b>Rindergulasch mit Gemüse, Möhren, Tomatenmark,</b>            | 300            | 307,20 | 35,28  | 13,68 | 11,28    | 3,5        | a,1(W),9                                  |
|  | Zucchini, Kräuter der Provence, Zwiebeln, Sellerie               |                |        |        |       |          |            |   |
|  | und Kartoffeln   | 200            | 140,00 | 4,00   | 0,20  | 28,40    |            |   |
|  | <i>Gesamt</i>  |                | 447,20 | 39,28  | 13,88 | 39,68    |            |   |
|  | <b>Hähnchenbrust "natur" *</b>                                   | 120            | 174,00 | 32,40  | 3,60  | 0,00     | 3,0        |   |
|  | mit Geflügelsauce  | 100            | 38,00  | 1,00   | 1,40  | 4,80     |            | 1(W),a                                    |
|  | dazu Zucchini-gemüse   | 150            | 58,7   | 1,8    | 2,3   | 4,6      |            |   |
|  | und Kartoffeln   | 200            | 140,00 | 4,00   | 0,20  | 28,40    |            |   |
|  | <i>Gesamt</i>  |                | 410,70 | 39,20  | 7,50  | 37,80    |            |   |
|  | <b>Gemüsefrikadelle</b>  | 120            | 142,00 | 5,20   | 4,50  | 18,00    | 4,5        | 1(W),3                                    |
| in heller Schnittlauchsauce,   | 100  | 51,00          | 0,60   | 3,40   | 4,30  | 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>  |  | 361,00         | 12,90  | 9,20   | 54,80 |          |            |   |

# Speiseplan Juli 2026 Nährwertangaben



| Datum  | Gericht   | Rezeptur Gramm | kcal   | Eiweiß | Fett   | KH    | BE-Angaben | Enthält folgende Zusatzstoffe / Allergene |
|--|---|----------------|--------|--------|--------|-------|------------|---|
| 16.07.2026   | <b>"Wikingertopf" Rinderhackfleischbällchen mit Möhren, Erbsen,</b>       | 300            | 279,00 | 23,80  | 15,80  | 18,80 | 4,0        | 1(W),3,7                                  |
|  | Zwiebel, Sahne, Schmelzkäse, Knoblauch und Kartoffelwürfel und Kartoffeln | 200            | 140,00 | 4,00   | 0,20   | 28,40 |            |   |
|  | <b>Gesamt</b>   |                | 419,00 | 27,80  | 16,00  | 47,20 |            |   |
|  | <b>Jägerschnitzel</b>   | 120            | 262,00 | 19,20  | 12,00  | 19,20 | 4,0        | 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 Kartoffelstampf   | 200            | 114,00 | 2,20   | 1,80   | 21,60 |            |   |
|  | <b>Gesamt</b>   |                | 486,70 | 25,30  | 20,50  | 48,20 |            |   |
|  | <b>Geflügelfleischkäse</b>  | 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                                    |
|  | dazu Kohlrabi   | 150            | 54,60  | 1,50   | 1,90   | 7,40  |            | 1(W), 3,7                                 |
|  | und Salzkartoffeln  | 200            | 140,00 | 4,00   | 0,20   | 28,40 |            |   |
|  | <b>Gesamt</b>   |                | 498,60 | 18,60  | 30,10  | 43,70 |            |   |
|  | <b>Rigatoni an geschmortem Gemüse</b>                                     | 300            | 558,00 | 22,08  | 3,60   | 98,40 | 8,5        | 1(W)                                      |
| mit Mozzarella, Paprika, Champ., Zucchini, Tomatenwürfel, Basilikum  | 200   | 136,00         | 12,40  | 10,20  | 6,40   |       |            |   |
| <b>Gesamt</b>  |   | 694,00         | 34,48  | 13,80  | 104,80 |       |            |   |
| 17.07.2026   | <b>Kohlrabeintopf mit Cabanossi</b>                                       | 500            | 386,00 | 19,40  | 21,20  | 31,40 | 2,5        | b,c,7                                     |
|  | Kartoffel, Möhren, Zwiebeln, Knoblauch und Sahne                          |                |        |        |        |       |            |   |
|  | <b>Gesamt</b>   |                | 386,00 | 19,40  | 21,20  | 31,40 |            |   |
|  | <b>Backfisch</b>  | 150            | 210,00 | 14,40  | 7,30   | 20,80 | 6,0        | 1(W),4                                    |
|  | mit Bayrischem Kartoffelsalat (warm)                                      | 350            | 410    | 4,9    | 20,6   | 49    |            | 10,b                                      |
|  | <b>Gesamt</b>   |                | 620,00 | 19,30  | 27,90  | 69,80 |            |   |
|  | <b>Rindfleischbällchen</b>  | 120            | 315,00 | 18,50  | 21,70  | 11,00 | 8,0        | 1(W),3,9,10                               |
|  | in fruchtiger Tomatensauce mit bunter Paprika,                            | 150            | 95,70  | 3,30   | 1,50   | 16,80 |            |   |
|  | dazu Spirelli   | 200            | 336    | 11,28  | 1,44   | 69,12 |            | 1(W)                                      |
|  | <b>Gesamt</b>   |                | 746,70 | 33,08  | 24,64  | 96,92 |            |   |
| <b>Sellerieknusperschnitte</b>                                       | 145   | 120,00         | 3,60   | 0,60   | 20,00  | 5,0   | 1(W),9     |   |
| mit Käse-Lauchcreme,   | 150   | 135,00         | 1,65   | 8,10   | 14,55  |       | 1(W),3,7   |   |
| und Kartoffeln   | 200   | 140,00         | 4,00   | 0,20   | 28,40  |       |            |   |
| <b>Gesamt</b>  |   | 395,00         | 9,25   | 8,90   | 62,95  |       |            |   |
| 18.07.2026   | <b>"Ditzumer Fischtopf" mit Speck, Zwiebeln und Möhren,</b>               | 300            | 324    | 28,3   | 14,7   | 16,9  | 4,0        | 1(W),3,4,7,b,c                            |
|  | dazu Salzkartoffeln   | 200            | 140    | 4      | 0,2    | 28,4  |            |   |
|  | <b>Gesamt</b>   |                | 464,00 | 32,30  | 14,90  | 45,30 |            |   |
|  | <b>Provenzalisches Putengulasch mit Zwiebeln, Zucchini, Knoblauch,</b>    | 300            | 286,00 | 26,40  | 5,20   | 11,20 | 4,5        | 1(W),a                                    |
|  | Karotten, Kräutern der Provence und Auberginen,                           |                |        |        |        |       |            |   |
|  | dazu Macaire Kartoffeln   | 200            | 196    | 5,2    | 0,4    | 42,6  |            |   |
|  | <b>Gesamt</b>   |                | 482,00 | 31,60  | 5,60   | 53,80 |            |   |
|  | <b>Kartoffelsuppe</b>   | 500            | 357,00 | 14,50  | 17,20  | 34,20 | 3,0        | 7,9                                       |
|  | mit einer Geflügelbrust   | 50             | 122    | 7,5    | 10     | 0,5   |            | b,c,j                                     |
| <b>Gesamt</b>  |   | 479,00         | 22,00  | 27,20  | 34,70  |       |            |   |
| <b>Gemüse-Quiche mit Schmand, Muskat, Knoblauch,</b>                 | 450   | 526,00         | 17,30  | 34,40  | 19,80  | 1,5   | 1(W),3,7   |   |
| Thymian, Broccoli, Möhren, Lauch, Kristschoten, Paprika und Zucchini |   |                |        |        |        |       |            |   |
| <b>Gesamt</b>  |   | 526,00         | 17,30  | 34,40  | 19,80  |       |            |   |

# Speiseplan Juli 2026 Nährwertangaben



| Datum   | Gericht   | Rezeptur Gramm | kcal          | Eiweiß       | Fett         | KH           | BE-Angaben | Enthält folgende Zusatzstoffe / Allergene |
|---|---|----------------|---------------|--------------|--------------|--------------|------------|---|
| 19.07.2026  | <b>"Ratsherrentopf"</b>                                 |                |               |              |              |              | 4,0        |   |
|   | Schweinefleisch in Rahm-Zwiebel-Pilzsauce,              | 200            | 336,00        | 23,10        | 10,60        | 11,20        |            | 1(W),3,7,b,c                              |
|   | dazu Brechbohnen  | 150            | 40,50         | 2,60         | 1,50         | 7,10         |            |   |
|   | und Kartoffeln  | 200            | 140,00        | 4,00         | 0,20         | 28,40        |            |   |
|   | <b>Gesamt</b>   |                | <b>516,50</b> | <b>29,70</b> | <b>12,30</b> | <b>46,70</b> |            |   |
|   | <b>Glasierter Putenbraten</b>                           | 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 Langkorreis  | 200            | 334           | 6,8          | 1,2          | 66           |            |   |
|   | <b>Gesamt</b>   |                | <b>594,00</b> | <b>48,50</b> | <b>6,70</b>  | <b>76,90</b> |            |   |
|   | <b>Sauerbraten vom Rind</b>                             | 90             | 153,00        | 27,80        | 3,70         | 1,90         | 4,0        | 1(W),a                                    |
|   | in 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),3,7                                  |
|   | und Salzkartoffeln                                      | 200            | 140,00        | 4,00         | 0,20         | 28,40        |            |   |
|   | <b>Gesamt</b>   |                | <b>420,30</b> | <b>34,40</b> | <b>8,40</b>  | <b>50,00</b> |            |   |
| <b>Serviettenknödel</b>                                       | 225   | 461,00         | 14,20         | 19,60        | 49,60        | 5,0          | 1(W),3,7   |   |
| mit Pilzrahmsauce,  | 150   | 87             | 3,15          | 5,4          | 9,3          |              | 1(W),3,7   |   |
| dazu BIO-Rosenkohl  | 150   | 54,00          | 5,30          | 2,00         | 3,80         |              |            |   |
| <b>Gesamt</b>   |   | <b>602,00</b>  | <b>22,65</b>  | <b>27,00</b> | <b>62,70</b> |              |            |   |
| 20.07.2026  | <b>Geschnetzeltes "Gyros Art" mit Zwiebeln</b>          | 180            | 267,30        | 26,91        | 14,76        | 4,32         | 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                                    |
|   | <b>Gesamt</b>   |                | <b>536,30</b> | <b>33,51</b> | <b>18,36</b> | <b>56,12</b> |            |   |
|   | <b>Feine Bratwurst</b>                                  | 100            | 236,00        | 13,50        | 19,80        | 0,90         | 3,5        | 7,9                                       |
|   | mit Sauce,  | 100            | 54,00         | 1,10         | 5,70         | 7,90         |            | 1(W),a                                    |
|   | dazu Rosenkohl mit Speck und Zwiebeln                   | 150            | 86,40         | 2,80         | 5,10         | 7,10         |            | b,c                                       |
|   | und Salzkartoffeln                                      | 200            | 140,00        | 4,00         | 0,20         | 28,40        |            | 7   |
|   | <b>Gesamt</b>   |                | <b>516,4</b>  | <b>21,4</b>  | <b>30,8</b>  | <b>44,3</b>  |            |   |
|   | <b>Hähnchenfiletstückchen "Gärtnerin Art"</b>           | 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        |              |            |   |
| <b>Gesamt</b>   |   | <b>348,00</b>  | <b>32,80</b>  | <b>5,10</b>  | <b>36,70</b> |              |            |   |
| <b>Asiatische Bratnudel-Gemüsepfanne</b>                      | 400   | 380,80         | 8,96          | 12,16        | 58,88        | 5,0          | 1(W),6     |   |
| mit Frühlingzwiebeln, Gemüse und Sojasauce                    |   |                |               |              |              |              |            |   |
| <b>Gesamt</b>   |   | <b>380,80</b>  | <b>8,96</b>   | <b>12,16</b> | <b>58,88</b> |              |            |   |
| 21.07.2026  | <b>"Schlemmer-Schweineschnitzel"</b>                    | 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)                                  |
|   | dazu BIO-Blumenkohl                                     | 150            | 61,00         | 3,80         | 2,70         | 5,40         |            | 1(W),3,7                                  |
|   | und Kartoffeln  | 200            | 140,00        | 4,00         | 0,20         | 28,40        |            |   |
|   | <b>Gesamt</b>   |                | <b>714,00</b> | <b>28,90</b> | <b>39,90</b> | <b>57,30</b> |            |   |
|   | <b>Bami Goreng chinesische Eiernudeln mit Hühnchen,</b> | 400            | 448,00        | 29,20        | 14,80        | 44,00        | 3,5        | 1(W),3,6                                  |
|   | Asia-Gemüse, Knoblauch, Chili und Sojasauce             |                |               |              |              |              |            |   |
|   | <b>Gesamt</b>   |                | <b>448,00</b> | <b>29,20</b> | <b>14,80</b> | <b>44,00</b> |            |   |
|   | <b>3 Königsberger Klopse</b>                            | 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            |            |   |
| <b>Gesamt</b>   |   | <b>496,60</b>  | <b>27,34</b>  | <b>24,55</b> | <b>48,00</b> |              |            |   |
| <b>Vegane Erbsensuppe mit Kartoffeln, Zwiebel, Knoblauch,</b> | 500   | 418,00         | 23,20         | 2,00         | 65,10        | 5,5          | 9,10       |   |
| Suppengrün, Petersilie und Senf                               |   |                |               |              |              |              |            |   |
| <b>Gesamt</b>   |   | <b>418,00</b>  | <b>23,20</b>  | <b>2,00</b>  | <b>65,10</b> |              |            |   |

# Speiseplan Juli 2026 Nährwertangaben



| Datum  | Gericht   | Rezeptur Gramm | kcal          | Eiweiß       | Fett          | KH            | BE-Angaben | Enthält folgende Zusatzstoffe / Allergene |
|--|---|----------------|---------------|--------------|---------------|---------------|------------|---|
| 22.07.2026   | <b>4 Cevapcici</b>  | 120            | 206,00        | 20,10        | 13,70         | 0,90          | 8,0        | 1(W)                                      |
|  | mit Knoblauchdipp   | 60             | 230,00        | 0,40         | 24,60         | 2,00          |            | 3,7,10                                    |
|  | und buntem Reissalat  | 300            | 392,00        | 7,50         | 1,60          | 92,40         |            |   |
|  | <b>Gesamt</b>   |                | <b>828,00</b> | <b>28,00</b> | <b>39,90</b>  | <b>95,30</b>  |            |   |
|  | <b>"Berliner Bulette" Schweinefrikadelle</b>                      | 100            | 268           | 16           | 18            | 12            | 5,0        | 1(W),3                                    |
|  | mit Zwiebelsauce,   | 100            | 41,30         | 0,70         | 2,50          | 4,00          |            | 1(W),a                                    |
|  | dazu Rotkohl  | 180            | 81,84         | 2,82         | 0,36          | 15,00         |            | z   |
|  | und Kartoffeln  | 200            | 140,00        | 4,00         | 0,20          | 28,40         |            |   |
|  | <b>Gesamt</b>   |                | <b>531,14</b> | <b>23,52</b> | <b>21,06</b>  | <b>59,40</b>  |            |   |
|  | <b>"Ammerländer Hühnersuppeneintopf"</b>                          | 500            | 326,00        | 38,70        | 8,90          | 21,80         | 2,0        | 1(W),7,9,3                                |
|  | mit Gemüse und Muschelnudeln                                      |                |               |              |               |               |            |   |
|  | <b>Gesamt</b>   |                | <b>326,00</b> | <b>38,70</b> | <b>8,90</b>   | <b>21,80</b>  |            |   |
| <b>Frühlingsrolle "Gourmet"</b>  | 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 BIO-Reis   | 200   | 334,00         | 6,80          | 1,20         | 66,00         |               |            |   |
| <b>Gesamt</b>  |   | <b>671,00</b>  | <b>13,50</b>  | <b>11,10</b> | <b>107,60</b> |               |            |   |
| 23.07.2026   | <b>"Ostfriesischer Hüdel" Gegarte Hefeklöße</b>                   | 125            | 284,00        | 7,80         | 3,80          | 54,20         | 7,0        | 1(W),7,3                                  |
|  | in Vanillesauce   | 100            | 89,60         | 5,04         | 2,32          | 12,24         |            | a,z,7                                     |
|  | mit warmen Birnenkompott  | 150            | 82,50         | 0,83         | 0,45          | 19,43         |            | z   |
|  | <b>Gesamt</b>   |                | <b>456,10</b> | <b>13,67</b> | <b>6,57</b>   | <b>85,87</b>  |            |   |
|  | <b>Schweinerückensteak</b>  | 150            | 160,00        | 28,00        | 4,40          | 1,20          | 3,5        |   |
|  | mit Pfefferrahmsauce,   | 100            | 67,00         | 0,70         | 1,90          | 7,50          |            | 1(W),3,7,a                                |
|  | dazu grüne Bohnen   | 100            | 34,00         | 1,80         | 0,10          | 4,40          |            |   |
|  | dazu Rosmarinkartoffeln   | 200            | 140,00        | 4,00         | 0,20          | 28,40         |            |   |
|  | <b>Gesamt</b>   |                | <b>401,00</b> | <b>34,50</b> | <b>6,60</b>   | <b>41,50</b>  |            |   |
|  | <b>Ganze Hähnchenbrust</b>  | 120            | 174,00        | 32,40        | 3,60          | 0,00          | 6,0        |   |
|  | auf Pilz-Reispfanne (Wildreis),                                   | 250            | 348,00        | 6,20         | 1,60          | 69,40         |            |   |
|  | dazu Sauce  | 100            | 36,00         | 4,70         | 0,30          | 3,90          |            | 1(W),3,7                                  |
| <b>Gesamt</b>  |   | <b>558,00</b>  | <b>43,30</b>  | <b>5,50</b>  | <b>73,30</b>  |               |            |   |
| <b>Vegetarisch gefüllte Tortellini</b>                                     | 300   | 520,00         | 26,00         | 12,60        | 82,40         | 7,5           | 1(W),3,7   |   |
| mit Broccoliröschen und Karottenscheiben in Käse-Sahnesauce                | 200   | 162,00         | 4,80          | 12,10        | 7,20          |               | 1(W),3,7   |   |
| <b>Gesamt</b>  |   | <b>682,00</b>  | <b>30,80</b>  | <b>24,70</b> | <b>89,60</b>  |               |            |   |
| 24.07.2026   | <b>Deftige Erbsensuppe</b>  | 500            | 348,00        | 19,00        | 17,20         | 38,40         | 3,0        | b,c,9                                     |
|  | dazu eine Bockwurst   | 100            | 305,00        | 13,00        | 28,00         | 0,50          |            | b,c,j                                     |
|  | <b>Gesamt</b>   |                | <b>653,00</b> | <b>32,00</b> | <b>45,20</b>  | <b>38,90</b>  |            |   |
|  | <b>"DDR Jägerschnitzel mit Feuerwehrsauce" panierte Jagdwurst</b> | 90             | 227,00        | 13,00        | 12,00         | 16,00         | 8,5        | 1(W),3,7,10,b,c                           |
|  | in Ketchupsauce mit Zwiebeln,                                     | 150            | 48,00         | 1,65         | 0,60          | 22,65         |            | z   |
|  | dazu Spiralnudeln   | 200            | 306           | 10           | 0,8           | 64,8          |            |   |
|  | <b>Gesamt</b>   |                | <b>581,00</b> | <b>24,65</b> | <b>13,40</b>  | <b>103,45</b> |            |   |
|  | <b>Gedünstetes Schellfischfilet</b>                               | 120            | 109,00        | 25,10        | 0,90          | 0,00          | 3,0        | 4   |
|  | mit Petersiliensauce,   | 100            | 77            | 1,6          | 4,4           | 8,1           |            | 1(W),3,7                                  |
|  | dazu Salzkartoffeln   | 200            | 140,00        | 4,00         | 0,20          | 28,40         |            |   |
|  | und ein Eisbergsalat  | 60             | 6,50          | 0,50         | 0,10          | 0,80          |            |   |
|  | <b>Gesamt</b>   |                | <b>332,50</b> | <b>31,20</b> | <b>5,60</b>   | <b>37,30</b>  |            |   |
| <b>Mexikanischer Kartoffelauflauf mit Paprika, Chili, Mais, Knoblauch,</b> | 500   | 568,00         | 12,80         | 33,60        | 51,60         | 4,5           | 3,7        |   |
| Kidneybohnen, Zwiebeln, Pizzatomaten, mit Käse überbacken                  |   |                |               |              |               |               |            |   |
| <b>Gesamt</b>  |   | <b>568,00</b>  | <b>12,80</b>  | <b>33,60</b> | <b>51,60</b>  |               |            |   |

# Speiseplan Juli 2026 Nährwertangaben



| Datum   | Gericht   | Rezeptur Gramm   | kcal                               | Eiweiß                        | Fett                          | KH                            | BE-Angaben            | Enthält folgende Zusatzstoffe / Allergene |                         |
|---|---|--|------------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-----------------------|---|-------------------------|
| 25.07.2026  | <b>"Pichelsteiner Eintopf" mit Schweinefleisch, Kartoffeln, Wirsing,</b><br>Weißkohl, Zwiebeln und Möhren                 | 500  | 286,00                             | 23,40                         | 19,80                         | 34,80                         | 3,0                   | 9,7                                       |                         |
|   | <i>Gesamt</i>   |  | 286,00                             | 23,40                         | 19,80                         | 34,80                         |                       |   |                         |
|   | <b>"Filetpfännchen" Putenfiletstreifen in Pestorahm,</b><br>dazu Spargel-Möhrenragout<br>und Salzkartoffeln               | 200<br>150<br>200  | 221,00<br>87,00<br>140,00          | 24,30<br>4,05<br>4,00         | 4,10<br>3,90<br>0,20          | 5,20<br>6,15<br>28,40         | 3,5                   | 1(W),3,7,8<br>1(W),3,7                    |                         |
|   | <i>Gesamt</i>   |  | 448,00                             | 32,35                         | 8,20                          | 39,75                         |                       |   |                         |
|   | <b>Lebergeschnetztes in Apfelsauce</b><br>dazu Kartoffelpüree<br>und Möhrensalat  | 250<br>200<br>80   | 228,00<br>114,00<br>56,00          | 32,20<br>2,20<br>0,80         | 10,96<br>1,80<br>1,20         | 9,10<br>21,60<br>9,50         |                       | 3,5                                       | c,a,1(W)                |
|   | <i>Gesamt</i>   |  | 398,00                             | 35,20                         | 13,96                         | 40,20                         |                       |   |                         |
|   | <b>Rosenkohl-Kartoffelpfanne mit Möhren, Zwiebeln,</b><br>Thymian, Muskat, Schnittlauch und Knoblauch                     | 500  | 422,00                             | 12,20                         | 16,10                         | 43,40                         | 3,5                   |   | 1(W),3,7                |
|   | <i>Gesamt</i>   |  | 422,00                             | 12,20                         | 16,10                         | 43,40                         |                       |   |                         |
|   | 26.07.2026  | <b>Schweineroulade "Hausfrauen Art"</b><br>in Sauce,<br>dazu Rotkohl<br>und Salzkartoffeln   | 120<br>100<br>200                  | 240<br>41,30<br>140,00        | 26,4<br>0,70<br>4,00          | 12,9<br>2,50<br>0,20          | 4,35<br>4,00<br>28,40 | 3,0                                       | 10,b,c,j<br>1(W),a<br>z |
|   |   | <i>Gesamt</i>  |                                    | 421,3                         | 31,1                          | 15,6                          | 36,75                 |   |                         |
| <b>Rindergeschnetztes "Stroganoff Art"</b><br>mit Pilzen, Zwiebeln, Gewürzgurkenstreifen in Senfsauce,<br>dazu Kartoffeln     |   | 300<br>200   | 236,00<br>140,00                   | 24,90<br>4,00                 | 12,80<br>0,20                 | 16,20<br>28,40                | 3,5                   |   | 1(W),3,7,10,a,b         |
| <i>Gesamt</i>   |   |  | 376,00                             | 28,90                         | 13,00                         | 44,60                         |                       |   |                         |
| <b>Kräuterbraten</b><br>in Sauce,<br>dazu Kaisergemüse<br>und Salzkartoffeln  |   | 150<br>100<br>130<br>200   | 207,00<br>41,30<br>32,93<br>140,00 | 24,50<br>0,70<br>2,69<br>4,00 | 11,80<br>2,50<br>0,95<br>0,20 | 0,00<br>4,00<br>3,53<br>28,40 |                       | 3,0                                       | a,1(W)                  |
| <i>Gesamt</i>   |   |  | 421,23                             | 31,89                         | 15,45                         | 35,93                         |                       |   |                         |
| <b>Quinoa-Erbсен-Frikadelle</b><br>mit pikanter Senfsauce (mit Zwiebeln, Sahne und Petersilie)<br>und Möhren-Stampfkartoffeln |   | 85<br>150<br>250   | 166,00<br>138,00<br>120,00         | 5,40<br>3,00<br>2,83          | 8,50<br>8,25<br>1,67          | 16,20<br>13,20<br>22,67       | 4,5                   |   | 9<br>1(W),3,7,10        |
| <i>Gesamt</i>   |   |  | 424,00                             | 11,23                         | 18,42                         | 52,07                         |                       |   |                         |
| 27.07.2026  |   | <b>"Schnüsч" Norddeutscher Eintopf mit dicken &amp; grünen Bohnen,</b><br>Erbсен, Kartoffeln, Kohlrabi, Karotten, Kassler- und Speckwürfel | 500                                | 486,00                        | 18,90                         | 14,80                         |                       | 52,00                                     | 4,5                     |
|   |   | <i>Gesamt</i>  |                                    | 486,00                        | 18,90                         | 14,80                         | 52,00                 |   |                         |
|   | <b>Gebratene Hähnchenbrust</b><br>mit Geflügelrahmsauce,<br>dazu Broccoli<br>und Salzkartoffeln                           | 120<br>100<br>130<br>200   | 174,00<br>52,00<br>31,20<br>140,00 | 32,40<br>1,20<br>4,07<br>4,00 | 3,60<br>4,90<br>0,26<br>0,20  | 0,00<br>7,60<br>3,38<br>28,40 | 3,5                   | 1(W),a,3,7                                |                         |
|   | <i>Gesamt</i>   |  | 397,20                             | 41,67                         | 8,96                          | 39,38                         |                       |   |                         |
|   | <b>3 Hackbällchen</b><br>in Gemüsesauce,<br>dazu Erbсен-Maisgemüse<br>und Kartoffeln                                      | 120<br>100<br>100<br>200   | 252,00<br>60,70<br>72<br>140,00    | 13,20<br>1,10<br>5<br>4,00    | 19,20<br>3,70<br>0,9<br>0,20  | 7,20<br>7,60<br>5,4<br>28,40  |                       | 4,0                                       | 1(W),3,7,9              |
|   | <i>Gesamt</i>   |  | 524,70                             | 23,30                         | 24,00                         | 48,60                         |                       |   |                         |
|   | <b>Reis-Pfanne mit Sojahackfleisch</b><br>mit Möhren, Paprika, Erbсен, Frühlingszwiebeln,<br>dazu Tomaten-Mozzarellasauce | 400<br>100   | 446,00<br>111,00                   | 21,60<br>5,60                 | 13,80<br>5,40                 | 63,00<br>6,90                 | 6,0                   |   | 1(W),3,6,7<br>7         |
|   | <i>Gesamt</i>   |  | 557,00                             | 27,20                         | 19,20                         | 69,90                         |                       |   |                         |

# Speiseplan Juli 2026 Nährwertangaben



| Datum   | Gericht  | Rezeptur Gramm | kcal          | Eiweiß        | Fett         | KH           | BE-Angaben | Enthält folgende Zusatzstoffe / Allergene |
|---|--|----------------|---------------|---------------|--------------|--------------|------------|---|
| 28.07.2026  | <b>"Köttbullar" Rinderhackfleischbällchen</b>                      | 120            | 203,00        | 14,20         | 15,00        | 5,60         | 4,5        | 1(W),3,7                                  |
|   | in Rahmsauce,  | 100            | 256,00        | 18,80         | 19,50        | 13,60        |            | 1(W),3,7,a                                |
|   | dazu Kartoffelpüree  | 200            | 114,00        | 2,20          | 1,80         | 21,60        |            | 7   |
|   | und Preiselbeergelee   | 30             | 66,00         | 0,00          | 0,00         | 16,00        |            |   |
|   | <b>Gesamt</b>  |                | <b>639,00</b> | <b>35,20</b>  | <b>36,30</b> | <b>56,80</b> |            |   |
|   | <b>1 große Nürnberger Rostbratwurst</b>                            | 100            | 266           | 14,7          | 25           | 0            | 4,0        | i,9,10                                    |
|   | in Bratenfond  | 100            | 44,00         | 0,60          | 1,10         | 7,70         |            | 1(W),a                                    |
|   | dazu Sauerkraut  | 180            | 62,04         | 1,92          | 0,24         | 10,44        |            | z   |
|   | und Salzkartoffeln   | 200            | 140,00        | 4,00          | 0,20         | 28,40        |            |   |
|   | <b>Gesamt</b>  |                | <b>512,04</b> | <b>21,22</b>  | <b>26,54</b> | <b>46,54</b> |            |   |
|   | <b>Leberkäse</b>   | 100            | 299,00        | 12,50         | 27,40        | 0,50         | 3,0        | b,c,j                                     |
|   | mit cremiger Honig-Senssauce mit Dill,                             | 150            | 171,00        | 6,15          | 6,45         | 8,10         |            | 1(W),3,7,10                               |
|   | Gurkengemüse   |                |               |               |              |              |            |   |
|   | dazu Kartoffeln  | 200            | 140,00        | 4,00          | 0,20         | 28,40        |            |   |
|   | <b>Gesamt</b>  |                | <b>610,00</b> | <b>22,65</b>  | <b>34,05</b> | <b>37,00</b> |            |   |
| <b>Makkaroniaufauf mit Möhre, Zucchini, Champignons, Zwiebel,</b>   | 500  | 592,00         | 29,60         | 12,60         | 64,20        | 5,5          | 1(W),3,7   |   |
| Schmand und Chili, mit Gouda überbacken                             |  |                |               |               |              |              |            |   |
| <b>Gesamt</b>   |  | <b>592,00</b>  | <b>29,60</b>  | <b>12,60</b>  | <b>64,20</b> |              |            |   |
| 29.07.2026  | <b>Hirtenrolle mit Frischkäse gefüllt</b>                          | 120            | 304,00        | 168,00        | 21,60        | 10,00        | 5,5        | 1(W),3,6,7                                |
|   | dazu Balkangemüse,   | 100            | 49,00         | 2,40          | 0,53         | 6,80         |            | 1(W),a                                    |
|   | Djuvec-Reis  | 250            | 247,50        | 10,25         | 1,50         | 47,75        |            | 7   |
|   | <b>Gesamt</b>  |                | <b>600,50</b> | <b>180,65</b> | <b>23,63</b> | <b>64,55</b> |            |   |
|   | <b>Paniertes Schweineschnitzel</b>                                 | 120            | 262,00        | 19,20         | 12,00        | 19,20        | 4,5        | 1(W)                                      |
|   | mit Rahmsauce,   | 100            | 51,00         | 0,60          | 2,40         | 5,60         |            | 1(W),3,7,a                                |
|   | dazu Erbsen & Möhren   | 100            | 50,00         | 5,00          | 0,90         | 2,90         |            |   |
|   | und Kartoffeln   | 200            | 140,00        | 4,00          | 0,20         | 28,40        |            |   |
|   | <b>Gesamt</b>  |                | <b>503,00</b> | <b>28,80</b>  | <b>15,50</b> | <b>56,10</b> |            |   |
|   | <b>Putengeschnetzeltes mit Möhren- und Zucchiniwürfel</b>          | 300            |               | 27,60         | 12,20        | 8,40         | 3,0        | 1(W),3,7                                  |
|   | in heller Sauce,   |                |               |               |              |              |            |   |
|   | dazu Salzkartoffeln  | 200            | 140,00        | 4,00          | 0,20         | 28,40        |            | 1(W)                                      |
| <b>Gesamt</b>   |  | <b>140,00</b>  | <b>31,60</b>  | <b>12,40</b>  | <b>36,80</b> |              |            |   |
| <b>Rustikales Zucchini-Kartoffelallerlei mit Thymian, Rosmarin,</b> | 500  | 364,00         | 8,90          | 7,10          | 39,20        | 3,5          | 1(W),3,7   |   |
| Knoblauch und Kirschtomaten   |  |                |               |               |              |              |            |   |
| <b>Gesamt</b>   |  | <b>364,00</b>  | <b>8,90</b>   | <b>7,10</b>   | <b>39,20</b> |              |            |   |
| 30.07.2026  | <b>"Bergsteiger Kartoffelgratin" mit Rinderhackfleisch, Pilzen</b> | 500            | 570           | 23,3          | 33           | 35           | 3,0        | 1(W),7,12,b,c,e                           |
|   | und gratiniertem Käse  |                |               |               |              |              |            |   |
|   | <b>Gesamt</b>  |                | <b>570</b>    | <b>23,3</b>   | <b>33</b>    | <b>35</b>    |            |   |
|   | <b>Rinderhacksteak "Texas"</b>                                     | 120            | 271,00        | 20,40         | 18,00        | 6,60         | 7,5        | 1(W),3                                    |
|   | mit BBQ-Sauce,   | 150            | 136,50        | 1,50          | 0,75         | 29,25        |            | z   |
|   | dazu BIO-Langkorbreis mit Kidneybohnen, Mais und Paprika           | 250            | 276,00        | 7,90          | 3,20         | 57,00        |            |   |
|   | <b>Gesamt</b>  |                | <b>683,50</b> | <b>29,80</b>  | <b>21,95</b> | <b>92,85</b> |            |   |
|   | <b>Hähnchenschenkel</b>  | 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 BIO-Blumenkohl  | 150            | 61,00         | 3,80          | 2,70         | 5,40         |            | 1(W),3,7                                  |
|   | und Kartoffeln   | 200            | 140           | 4             | 0,2          | 28,4         |            |   |
| <b>Gesamt</b>   |  | <b>455,60</b>  | <b>30,26</b>  | <b>16,43</b>  | <b>44,06</b> |              |            |   |
| <b>Tomaten-Couscous mit Zwiebeln, Knoblauch, Kirschtomaten,</b>     | 500  | 498,00         | 21,20         | 9,50          | 85,60        | 7,0          | 1(W),7     |   |
| Petersilie, Minze und Fetakäse                                      |  |                |               |               |              |              |            |   |
| <b>Gesamt</b>   |  | <b>498,00</b>  | <b>21,20</b>  | <b>9,50</b>   | <b>85,60</b> |              |            |   |

# Speiseplan Juli 2026 Nährwertangaben



| Datum         | Gericht  | Rezeptur Gramm | kcal          | Eiweiß       | Fett         | KH           | BE-Angaben | Enthält folgende Zusatzstoffe / Allergene |
|---------------|--|----------------|---------------|--------------|--------------|--------------|------------|---|
| 31.07.2026    | <b>Gefüllte Paprikaschote mit Schweinefleischfüllung</b>           | 200            | 234,00        | 11,30        | 14,40        | 10,60        | 8,0        | <b>1(W)</b>                               |
|               | in fruchtiger Tomatensauce,  | 150            | 95,70         | 3,30         | 1,50         | 16,80        |            |   |
|               | dazu BIO-Langkornreis  | 200            | 334           | 6,8          | 1,2          | 66           |            |   |
|               | <i>Gesamt</i>  |                | <i>663,70</i> | <i>21,40</i> | <i>17,10</i> | <i>93,40</i> |            |   |
|               | <b>Fischpfanne "Kreta" Bandnudeln mit Wildlachs- und Seelachs-</b> | 450            | 486,00        | 31,00        | 14,00        | 55,80        | 4,5        | <b>1(W),4,8</b>                           |
|               | filetstückchen, MSC Shrimps, Gemüse, Olivenöl und Kräuter          |                |               |              |              |              |            |   |
|               | <i>Gesamt</i>  |                | <i>486,00</i> | <i>31,00</i> | <i>14,00</i> | <i>55,80</i> |            |   |
|               | <b>Deftiger Möhreintopf</b>  | 500            | 336,00        | 16,80        | 5,30         | 23,00        | 2,0        | <b>7</b>                                  |
|               | mit Hackfleisch  |                |               |              |              |              |            |   |
|               | <i>Gesamt</i>  |                | <i>336,00</i> | <i>16,80</i> | <i>5,30</i>  | <i>23,00</i> |            |   |
|               | <b>Broccoli-Nussecke</b>   | 145            | 114,00        | 3,60         | 0,80         | 21,40        | 5,5        | <b>1(W),3,5,8(H)</b>                      |
|               | mit Kräutersauce,  | 100            | 90,00         | 1,10         | 5,40         | 9,70         |            | <b>1(W),3,7</b>                           |
|               | mit BIO-Erbсен,  | 100            | 57,69         | 5,77         | 1,08         | 6,38         |            |   |
|               | und Salzkartoffeln   | 200            | 140,00        | 4,00         | 0,20         | 28,40        |            |   |
| <i>Gesamt</i> |  | <i>401,69</i>  | <i>14,47</i>  | <i>7,48</i>  | <i>65,88</i> |              |            |   |

**"Zeichenerklärung Zusatzstoffe und Hauptallergene:** a = „mit Farbstoff“, b = „mit Konservierungsstoff“, c = „mit Antioxidationsmittel“, d = mit Geschmacksverstärker“, e = „geschwefelt“, f = „geschwärtzt“, g = „gewachst“, h = „mit Süßungsmittel(n)“, i = bei Aspartam zusätzl. Hinweis: „enthält eine Phenylalaninquelle“, j = „mit Phosphat“, k = „coffeinhaltig“, 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)ashnuss, (P)ecannuss, (Pa)ranuss, (Pi)stazie, (Ma)cadamia- oder Queenlandnüsse), 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 Lebensmittelerstellung (Transport, Lagerung, Produktion, Verpackung,...) zu Kreuzkontaminationen und Produktübertragungen kommen kann. Des Weiteren kann es bei bestimmten Produkten, Rezepturen, Lagerungsbedingungen, die Einfluss auf vorhandene Allergene haben. Es ist zu beachten, dass nicht alle Angaben über die allergische Wirkung der Lebensmittel angegeben sind.