SPEISEPLAN Woche 12.	MONTAG 18.03.2024	DIENSTAG 19.03.2024	MITTWOCH 20.03.2024	DONNERSTAG 21.03.2024	FREITAG 22.03.2024	SAMSTAG 23.03.2024	SONNTAG 24.03.2024
1) Deftiger Eintopf **Menü Gelb 9,50 €** Eintopfmenü Allergene/Zusatzstoffe	**Holsteiner Erbseneintopf** mit Rauchfleisch und einer Bockwurst Kalorien: 715 4,4a,9,B,C,G	**„Minestrone“** Italienische Tomatensuppe mit Nudeln, Tomaten und Fleischklößen Kalorien: 331 1,4,4a,6,9	**Deftiger Schnittbohneneintopf** mit magerem Schweinefleisch Kalorien: 378 4,4a,9	**Frühlingssuppentopf** nach Hausfrauen Art mit Lauch, Zwiebeln, Karotten, Nudeln und Hühnerfleisch Kalorien: 347* 4,4a,9	**Blumenkohleintopf** mit Kartoffeleinlage und Geflügelwienern Kalorien: 493* 1,4,4a,6,9,B,C	**Ungarisches Kesselgulasch** mit Rindfleisch, Paprika und Kartoffeleinlage Kalorien: 334* 4,4a,9	**Kartoffelsuppe „Holsteiner Art“** mit Speckstippe und Würstchen Kalorien 609 4,4a,9,A,B,C,D,G
2) Tages-Menü **Menü Rot 9,50 €** Schmackhafte Hausmannskost Allergene/Zusatzstoffe	**Falscher Hase** mit Bratensoße, Apfelrotkohl und Kartoffeln Kalorien: 344 1,4,4a,6,9,10	**Nackensteak „Jäger Art“** mit Pilzsoße,Blumenkohl und Kartoffeln Kalorien: 454 4,4a,6,B,C	**Kohlroulade** mit Speckrahmsoße und Kartoffelpüree Kalorien: 550 4,4a,6,9,B,C	**Grünkohl** mit Kochwurst und Kartoffeln Kalorien: 713 4,4a,9,10,A,B,C	**Schinkenkrakauer** auf Speckkohl mit Kartoffeln Kalorien: 548 4,4a,9,10,B,C,D,G	**Lebergeschnetzeltes vom Rind** mit Apfel-Zwiebelsoße und Kartoffelpüree Kalorein: 489* 4,4a,6	**Truthahnrollbraten** in Sahnesoße, Pariser Karotten und Kartoffeln Kalorien: 473* 4,4a,6,9
3) Vegetarisch-Vital **Menü Grün 9,50 €** Leicht & lecker Allergene/Zusatzstoffe	**Kürbisnudeln** Makkaroni mit einer Hokkaidokürbissoße Beilage: Grüner Salat mit Kräuterdressing Kalorien: 607 BE 6,5* 1,4,4a,6,9,10	**Eieromelette** in holländischer Soße mit Erbsen und Kartoffelpüree Kalorien: 414 BE 3,2* 1,4,4a,6,9,C	**Bolognese aus roten Linsen** mit Spaghetti Kalorien: 428 BE 6,3* 4,4a,9	**Pikantes Pilzgulasch** mit Zwiebeln, Lauch und Reis Kalorien: 379 BE 6,3* 4,4a,6,9	**Gerösteter Rosenkohl** in Nusssoße und Käse gebacken mit Kartoffelpüree Kalorien: 725 BE 4,1* 4,4a,6,7,9	**Gebackener Camembert** in Knusperpanade auf Pfannengemüse mit Nudeln Kalorien: 569 BE 5,1* 1,4,4a,6,9	**Vegetarische Bratwurst** auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree Kalorien: 619 BE 3,9* 1,4,4a,6,C
4) Diät-Menü **Menü Blau 9,50 €** Auf diabetischer Basis Allergene/Zusatzstoffe	**Hühnerfrikassee** mit Champignon- Spargelsoße mit Butterreis Kalorien: 473 BE 5,5* 1,4,4a,6,9	**Gefüllte Schweineroulade** mit Bratensoße, grünen Bohnen und Kartoffeln Kalorien: 387 BE 2,7 4,4a,6,9,10,C	**Gebratenes Hähnchenbrustfilet** in Rahmsoße mit Leipziger Allerlei und Kartoffeln Kalorien: 319 BE 3,2* 4,4a,6,9	**Magerer Rinderbraten** in Pfeffersoße mit Romanesco und Kartoffeln Kalorien: 362 BE 2,6* 4,4a,6,9	**Frisches Bratheringsfilet** auf Juliennegemüse mit Petersiliensoße und Kartoffelpüree Kalorien 482 BE 2,3* 1,3,4,4a,6,9	**Thüringer Mettsteak** in Rahmsoße mit Blumenkohl in Rahm und Kartoffeln Kalorien: 349 BE 3,2 1,4,4a,6,9,10	**Hirschgulasch** in Wacholderrahm mit Speckpilzen und Spätzle Kalorien: 483 BE 4,1 1,4,4a,6,9,B,C,H
5)Hanseaten-Menü **Menü Gold 9,50 €** Feinschmecker Menü Allergene/Zusatzstoffe	**GOURMETMENÜ** **Wildschweinbraten** in Backpflaumensoße mit Spitzkohl in Rahm und Semmelknödel **Aufpreis: EUR 2,50** Kalorien: 593 1,4,4a,6,9	**Rindergulasch „Balkan Art“** mit Paprika, Zwiebeln, Pilzen und Gabelspaghetti Kalorien: 468* 4,4a,6	**Gebratenes Hokifischfilet (Seehecht, MSC)** mit Kräutersahnesoße, Möhren und Kartoffeln Kalorien: 340* 3,4,4a,6,9	**1 Paar Münchner Weißwürste** auf Sauerkraut mit Kartoffelspeckpüree Beilage: Süßer Senf Kalorien: 807 4,4a,6,10,B,C,G	**Gebratene Hähnchenbrust** mit Rahmsoße, Erbsen- und Wurzelgemüse und Spätzle Kalorien: 417* 1,4,4a,6,9	**NAME:** **Adresse:**	
26) International-Menü **9,50 €** Aus aller Welt Allergene/Zusatzstoffe	**GRIECHISCH** **Fischroulade „Mykonos“** mit Spinatkäsefüllung, Kräutersoße und Reis Kalorien: 483* 3,4,4a,6,9	**AMERIKANISCH** **Louisiana/USA Makkaroni** mit Rindfleischbällchen und Cajun-Kokossoße Beilage: Gurkensalat in Rahm Kalorien: 805* 1,4,4a,6,9,10	**TÜRKISCH** **Kebab vom Rind und Kalb** mit Tomatenreis Beilage: Tzatziki Kalorien: 746* 6,9	**CHINESISCH** **Schweinefleisch „süß-sauer“** mit buntem Chinagemüse und Reis Kalorien: 533 9,10,12,A,B	**ITALIENISCH** **Lasagne** mit gemischtem Hack, Spinat, Tomatensoße und Grana Padano überbacken Kalorien: 824 1,4,4a,6	**Legende der Zusatzstoffe** A mit Farbstoff B mit Konservierungsstoff C mit Antioxidationsmittel D mit Geschmacksverstärker E geschwefelt F geschwärzt G mit Phosphat H mit Süßungsmittel I enth. Eine Phenylalaninquelle (Aspartam) J gewachst *Änderungen aus technischen Gründen vorbehalten*	**Legende der Allergene** 1 - Ei 2 - Erdnüsse 3 - Fisch 4 - Gluten 4a - Weizen 4b - Roggen 4c - Gerste 4d - Hafer 4e - Dinkel 4f - Kamut 5 - Krebstiere 6 - Milch einschl. Laktose 7 - Schalenfrüchte 7a - Mandeln 7b - Haselnuss 7c - Walnuss 7d - Cashewnuss 7e - Pekanuss 7f - Paranuss 7g - Pistazie 7h - Macadamianuss 8 - Schwefeldioxid/Sulfite 9 - Sellerie 10 - Senf 11 - Sesam 12 - Soja (gen-tech-frei) 13 - Lupinen 14 - Weichtiere
7) Salat 9,50 € Für Kalorienbewusste Allergene/Zusatzstoffe	**Bunter Chefsalat** mit Käse, Schinkenstreifen und 2 1/2 Eiern American-Dressing kleines Brötchen Kalorien: 589 1,4,4a,6,9,10,B,C	**Sizilianischer Salat** Paprika, Tomaten, Oliven, Zwiebeln, Hirtenkäse, Krautsalat, Geflügel-Mettwurst, Knoblauch- Dressing kleines Brötchen Kalorien: 699* 1,4,4a,6,10,A,B,C,H	**Canarischer Salat** mit Eisberg, Tomate, Gurke, Zwiebel, Thunfisch, Kräuter – Dressing kleines Brötchen Kalorien: 664* 1,3,4,4a,6,10	**Salat „Paradies“** mit Eisberg, Ananas, Gurken, Karotten, Tomaten, Nuggets, Curry- Dressing kleines Brötchen Kalorien: 705* 1,4,4a,6,9,10	**Mozzarella Salat** mit Eisberg, Tomaten, Zwiebeln, Mozzarella, Italian- Dressing kleines Brötchen Kalorien: 482* 1,4,4a,6,9,10		
8) Süß-/Kaltspeisen-Menü **9,50 €** Süßes und Pikantes Allergene/Zusatzstoffe	**Magere Sülze** mit Remoulade und Kartoffelsalat „natur“ Kalorien: 630 1,6,10,A,B,C,D	**Hamburger Rote Grütze** mit Vanillesoße Kalorien: 514* 6	**Paniertes Schweineschnitzel** mit Gewürzgurke und buntem Kartoffelsalat Kalorien: 660 1,4,4a,6,10	**Milchreis** mit Kirschkompott Kalorien: 627* 6	**Geräucherte Putenbrust** mit Ananas auf Waldorfsalat dazu Weißbrot und Butter Kalorien: 830* 1,4,4a,6,9,10,A,B,C,G		
Säfte 2,50 €	Gemüsesaft O Fruchtsaft O	Gemüsesaft O Fruchtsaft O	Gemüsesaft O Fruchtsaft O	Gemüsesaft O Fruchtsaft O	Gemüsesaft O Fruchtsaft O	Gemüsesaft O Fruchtsaft O	Gemüsesaft O Fruchtsaft O

Essen auf Rädern, Völckers Park 8, 21465 Reinbek 040/72738430