

| SPEISEPLAN   | MONTAG   | DIENSTAG  | MITTWOCH  | DONNERSTAG  | FREITAG  | SAMSTAG  | SONNTAG  |
|--|--|---|---|---|--|--|--|
| Woche 10.  | 02.03.2026   | 03.03.2026  | 04.03.2026  | 05.03.2026  | 06.03.2026   | 07.03.2026   | 08.03.2026   |
| <b>1) Deftiger Eintopf Menü Gelb 9,50 €</b><br>Eintopfmenü<br>Allergene/Zusatzstoffe         | <b>Ungarisches Kesselgulasch</b> mit Rindfleisch, Paprika, Gurke und Kartoffeleinlage<br>Kalorien: 382*<br>4,4a,9  | <b>Möhreneintopf „Lübecker Art“</b> mit Kartoffeleinlage und 2 Würstchen<br>Kalorien: 529<br>4,4a,9,A,B,C,D,G   | <b>Bohneneintopf</b> aus dicken Bohnen mit Gemüse und Kochwurst<br>Kalorien: 831<br>4,4a,9,10,A,B,C   | <b>Sojanka</b> Russische Suppe süß-sauer mit Jagdwurst, Salami, Speck und Kartoffeleinlage<br>Kalorien: 778<br>4,4a,6,9,10,A,B,C,G,H                    | <b>Deftiger Erbseneintopf</b> mit frischem Gemüse und Würstchen<br>Kalorien: 790<br>4,4a,9,A,B,C,D,G   | <b>Bunte Gemüsesuppe „Gärtnerin Art“</b> mit Kartoffeln und Geflügelwiener<br>Kalorien: 435*<br>4,4a,9,B,C   | <b>Elsässer Spargeltopf</b> mit Kartoffeleinlage, gekochtem Schinken und Fleischklößchen<br>Kalorien: 360<br>4,4a,6,9,B,C  |
| <b>2) Tages-Menü Menü Rot 9,50 €</b><br>Schmackhafte Hausmannskost<br>Allergene/Zusatzstoffe | <b>Kohlroulade</b> mit Speckrahmsoße und Salzkartoffeln<br>Kalorien: 530<br>4,4a,6,9,B,C   | <b>Rheinischer Sauerbraten</b> mit Rosinen, Backobst und Kartoffeln<br>Kalorien: 516*<br>4,4a,6,8,9,B,C,E   | <b>Zarter Putenrollbraten</b> mit Rahmsoße, Apfelrotkohl und Kartoffelklößen<br>Kalorien: 787*<br>4,4a,6,9  | <b>Gemischtes Gulasch</b> mit fruchtiger Schmorsoße, Erbsen -Wurzelgemüse und Eierknöpfe<br>Kalorien: 512<br>1,4,4a,4e,9                                | <b>3 Rostbratwürstchen „Nürnberger Art“</b> mit Sauerkraut und Kartoffelpüree<br>Kalorien: 576<br>4,4a,6,10,B,C,H  | <b>Schweinebraten</b> in Pfefferrahmsoße mit Broccoli und Kartoffeln<br>Kalorien: 359<br>4,4a,6,9  | <b>Ochsenbrust</b> mit Kräutersoße, Rosenkohl und Kartoffeln<br>Kalorien: 412*<br>4,4a,6,9   |
| <b>3) Vegetarisch-Vital Menü Grün 9,50 €</b><br>Leicht & lecker<br>Allergene/Zusatzstoffe    | <b>Spiralnudeln mit Käse</b> dazu Tomatensoße<br>Beilage: Salat in Ananassahne<br>Kalorien: 611 BE 5,9*<br>1,4,4a,6,10   | <b>Fagottini Pomodoro!</b> feine Teigtaschen mit würziger Tomaten-Basilikum Füllung und Gorgonzolasoße<br>Kalorien: 742 BE 8,1*<br>1,4,4a,6,9         | <b>3 gekochte Eier</b> mit Rahmspinat und Salzkartoffeln<br>Kalorien: 391 BE 3,3*<br>1,4,4a,6,9   | <b>3 kleine Pfannkuchen</b> mit Champignons á la crème<br>Kalorien: 511 BE 4,2*<br>1,4,4a,6,9   | <b>5 Gemüseköttbullar</b> mit Cajun-Kokossoße, Mais und Spätzle<br>Kalorien: 518 BE 6,9*<br>1,4,4a,6,9   | <b>Vegetarische Kohlroulade</b> in Kräutersoße mit Salzkartoffeln<br>Kalorien: 384 BE 4,6*<br>1,4,4a,6,9,12  | <b>Gebratene Gemüsevariation</b> in Käsesoße mit Kartoffelpüree<br>Kalorien 520 BE 3,4*<br>1,4,4a,6,9  |
| <b>4) Diät-Menü Menü Blau 9,50 €</b><br>Auf diabetischer Basis<br>Allergene/Zusatzstoffe     | <b>Magerer Kasselerrücken</b> in Bratensoße mit Rosenkohl und Kartoffelpüree<br>Kalorien: 436 BE 2,2<br>4,4a,6,9,10,B,G  | <b>Hähnchenbrust</b> in cremiger Bratensoße mit Erbsen-Maisgemüse und Reis<br>Kalorien: 460 BE 5,5*<br>4,4a,6,9,10                                    | <b>Feine Bratwurst</b> auf süß-sauren Linsen und Kartoffelpüree<br>Kalorien: 646 BE 4,6<br>4,4a,6,9,10,B,C,D,G  | <b>Gebratene Rinderleber</b> mit Apfel-Zwiebel-Soße, grünen Bohnen und Salzkartoffeln<br>Kalorien: 759 BE 3,4*<br>4,4a,6                                | <b>Tilapia Fischfilet</b> in Steinpilzsoße mit zweierlei Karotten und Kartoffeln<br>Kalorien: 363 BE 3,1*<br>1,3,4,4a,6  | <b>Kalbshackbraten</b> mit Bratensoße, Apfelrotkohl und Gnocci<br>Kalorien: 474 BE 5,7*<br>1,4,4a,6,9,10   | <b>Schweinegulasch</b> mit Pilzen, Erbsen-Wurzelgemüse und Nudeln<br>Kalorien: 443 BE 3,9<br>4,4a,6  |
| <b>5) Hanseaten-Menü Menü Gold 9,50 €</b><br>Feinschmecker Menü<br>Allergene/Zusatzstoffe    | <b>Alaskaselachsfilet</b> mit Dillrahmsoße, Fingermöhren und Reis<br>Kalorien: 396*<br>1,3,4,4a,6,9  | <b>Ham burger Grützwurst</b> mit Apfelkompott, Schmorzwiebeln und Kartoffelpüree<br>Kalorien: 520<br>4,4a,4d,6,B                                      | <b>Grünkohlplatte</b> mit Kasseler, Kohlwurst und Röstkartoffeln<br>Kalorien: 800<br>4,4a,6,9,10,A,B,C  | <b>GOURMETMENÜ</b><br><b>Gebratene Entenkeule</b> mit Rahmsoße, Apfelrotkohl und Kartoffeln<br><b>Aufpreis: EUR 2,50</b><br>Kalorien: 1040*<br>4,4a,6,9 | <b>Holsteiner Rinderkeule</b> mit Kräutersoße, Butterbohnen und Kartoffeln<br>Kalorien 375*<br>4,4a,6,9  | <b>NAME:</b><br><b>Adresse:</b><br>* Essen ohne Schweinefleisch  |  |
| <b>26) International-Menü 9,50 €</b><br>Aus aller Welt<br>Allergene/Zusatzstoffe             | <b>TÜRKISCH</b><br><b>Lammhacksteak „Istanbul“</b> mit Paprika-Zwiebelgemüse und Reis<br>Kalorien: 470*<br>1,4,4a,6  | <b>CHINESISCH</b><br><b>Rindfleisch „Szechuan Art“</b> mit buntem Gemüse, Zwiebeln in Sojasoße mit Reis<br>Kalorien: 481*<br>4,4a,10,12,A,B           | <b>ITALIENISCH</b><br><b>Lasagne</b> mit gemischtem Hack, Spinat, Tomatensoße und Grana Padano überbacken<br>Kalorien: 830<br>1,4,4a,6                    | <b>TÜRKISCH</b><br><b>Kebab vom Rind und Kalb</b> mit Tomatenreis<br>Beilage: Tzatziki<br>Kalorien: 803*<br>6,9   | <b>ITALIENISCH</b><br><b>Bunte Tortellini</b> mit Käsefüllung in roter Pesto – Sahnesoße<br>Kalorien: 611*<br>1,4,4a,6,9,10,C  | <b>Legende der Zusatzstoffe</b><br>A mit Farbstoff<br>B mit Konservierungsstoff<br>C mit Antioxidationsmittel<br>D mit Geschmacksverstärker<br>E geschwefelt<br>F geschwärzt<br>G mit Phosphat<br>H mit Süßungsmittel<br>I enth. Eine Phenylalaninquelle (Aspartam)<br>J gepulvert | <b>Legende der Allergene</b><br>1 - Ei<br>2 - Erdnüsse<br>3 - Fisch<br>4 - Gluten<br>4a - Weizen<br>4b - Roggen<br>4c - Gerste<br>4d - Hafer<br>4e - Dinkel<br>4f - Kamut<br>5 - Krebstiere<br>6 - Milch einschl. Laktose<br>7 - Schalenfrüchte<br>7a - Mandeln<br>7b - Haselnuss<br>7c - Walnuss<br>7d - Cashewnuss<br>7e - Pekanuss<br>7f - Paranuss<br>7g - Pistazie<br>7h - Macadamianuss<br>8 - Schwefeloxid/Sulfite<br>9 - Sellerie<br>10 - Senf<br>11 - Sesam<br>12 - Soja (gen-tech-frei)<br>13 - Lupinen<br>14 - Weichtiere |
| <b>7) Salat 9,50 €</b><br>Für Kalorienbewusste<br>Allergene/Zusatzstoffe                     | <b>Salatplatte „Dixieland“</b> mit Eisbergsalat, Mais, Ananas, Möhren, Gurke, Tomate, Geflügel-Mettwurststreifen, Kräuter-Dressing kleines Brötchen<br>Kalorien: 626*<br>1,4,4a,6,10,A,B,C | <b>Geräucherte Putenbrust</b> auf knackig frischen Salaten mit Früchten<br>Joghurt-Dressing kleines Brötchen<br>Kalorien: 535*<br>1,4,4a,6,10,A,B,C,G | <b>Mango-Mozarella Salat</b> mit Eisberg, Ruccola, Cocktailtomaten und Katenschinken<br>Kräuter-Dressing kleines Brötchen<br>Kalorien: 579<br>1,4,4a,6,10 | <b>Bunter Chesealat</b> mit Käse, Schinkenstreifen und 2 1/2 Eiern,<br>American-Dressing kleines Brötchen<br>Kalorien: 585<br>1,4,4a,6,10,B,C           | <b>Italienischer Salat</b> mit Eisberg, Ruccola, Tomaten, frischem Basilikum, Mozzarella-Käse<br>Pesto – Dressing kleines Brötchen<br>Kalorien: 482*<br>1,4,4a,6,7,7d,10 |  |  |
| <b>8) Süß-/Kaltspeisen-Menü 9,50 €</b><br>Süßes und Pikantes<br>Allergene/Zusatzstoffe       | <b>Hausgemachter Quarkauflauf</b> mit Pflaumenkompott<br>Kalorien: 852*<br>1,6   | <b>Frikadelle</b> mit bunt garniertem Kartoffelsalat und Mixed Pickles<br>Kalorien: 661<br>1,4,4a,9,10,E,H  | <b>Milchreis</b> mit Kirschkompott<br>Kalorien: 698*<br>6   | <b>Paniertes Kotelett</b> mit buntem Kartoffelsalat, Senf und Ketchup<br>Kalorien: 718<br>1,4,4a,6,10   | <b>3 Eierpfannkuchen</b> mit heißen Erdbeeren<br>Kalorien: 521*<br>1,4,4a,6  | <i>Änderungen aus technischen Gründen vorbehalten</i>  |  |

Essen auf Rädern, Völckers Park 8, 21465 Reinbek 040/72738430 Bestellzeiten: Montag – Donnerstag 09:00 – 13:00 Uhr (Feiertags ausgenommen)