Bürgerhilfe®

ESSEN auf Rädern

Speiseplan vom 07.09.2026 - 13.09.2026

Tag	Menü I	Menü II
Montag	Curryhähnchen "Art Hawaii" Reis Spitzkohl-Apfelsalat 2,8,9,G,H,J Obstsalat 3,9	Eierpfannkuchen A,a,G,C,H Fruchtsoße Beerenmix Obstsalat 3,9
	380 kcal, 26 g Eiweiß, 7 g Fett, 52 g KH, 1 g GsFs, 1 g Salz, 19 g KMD	566 kcal, 18 g Eiweiß, 10 g Fett, 97 g KH, 3 g GsFs, 2 g Salz, 23 g KMD
Dienstag	Hähnchenschnitzel paniert Tortellinisalat 1,2,4,3,7,A,a,G,C,H,J Rote Grütze Soße Vanilla 3,G,H	Kartoffelauflauf mit Ei Speck und Zwiebeln 1,2,C Eisbergsalat Joghurt - Dressing 2,8,G,H,J,M Rote Grütze Soße Vanilla 3,G,H
	560 kcal, 34 g Eiweiß, 17 g Fett, 67 g KH, 2 g GsFs, 2 g Salz, 18 g KMD	423 kcal, 12 g Eiweiß, 14 g Fett, 58 g KH, 5 g GsFs, 2 g Salz, 21 g KMD
Mittwoch	Hochzeitssuppe "Grafschafter Art" 6,A,a,G,C,H,I Mandelcreme 3,G,C,H	Bunte Gemüsepfanne A,a,G,H Kartoffelwürfel Mandelcreme 3,G,C,H
	646 kcal, 55 g Eiweiß, 19 g Fett, 63 g KH, 9 g GsFs, 10 g Salz, 12 g KMD	402 kcal, 12 g Eiweiß, 14 g Fett, 52 g KH, 9 g GsFs, 1 g Salz, 13 g KMD
Donnerstag	Fleischkäse 1,2,7 Bratensoße A,a Rotkohl 2,15,G,H Salzkartoffeln Pfirsich-Melonen-Würfel 9	Gemüsebolognese G,H Spiralnudeln A,a,C Tomatensalat Pfirsich-Melonen-Würfel 9
	636 kcal, 21 g Eiweiß, 36 g Fett, 53 g KH, 15 g GsFs, 4 g Salz, 20 g KMD	297 kcal, 11 g Eiweiß, 2 g Fett, 56 g KH, 1 g GsFs, 0 g Salz, 21 g KMD
Freitag	Sahneheringsfilet 2,20x,5,G,C,D,H Schwenkkartoffeln 3 Erdbeer Pudding 3,G,H	Rührei C Rahmspinat 3,A,a,G,H,I Kartoffelpüree 2,G,H,M Erdbeer Pudding 3,G,H
	432 kcal, 15 g Eiweiß, 23 g Fett, 39 g KH, 4 g GsFs, 6 g Salz, 9 g KMD	455 kcal, 21 g Eiweiß, 21 g Fett, 43 g KH, 8 g GsFs, 2 g Salz, 12 g KMD
Samstag	Schnittbohneneintopf 1,2,8,I,M Pökelfleischwürfel 1,2 Sahne Schoko Pudding G,H	Grießbrei A,a,G,H Fruchtsoße Beerenmix Sahne Schoko Pudding G,H
	493 kcal, 23 g Eiweiß, 19 g Fett, 53 g KH, 8 g GsFs, 3 g Salz, 22 g KMD	507 kcal, 19 g Eiweiß, 12 g Fett, 76 g KH, 8 g GsFs, 1 g Salz, 40 g KMD
Sonntag	Gyrosbraten Bratensoße A,a Brokkoli G,H Petersilienkartoffeln Sahnefruchtcreme 3,G,H	Gyrosbraten Bratensoße A,a Bunter Krautsalat 2 Kartoffelpüree 2,G,H,M Sahnefruchtcreme 3,G,H
	535 kcal, 30 g Eiweiß, 22 g Fett, 49 g KH, 11 g GsFs, 2 g Salz, 12 g KMD	588 kcal, 28 g Eiweiß, 26 g Fett, 57 g KH, 11 g GsFs, 3 g Salz, 22 g KMD

Enthält Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff*; (2) mit Antioxidationsmittel*; (6) mit Geschmacksverstärker*; (4) mit Süßungsmittel*; (15) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel*; (20x) mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln*; (5) enthält eine Phenylalaninquelle*; (3) mit Farbstoff*; (8) geschwefelt; (9) gewachst*; (7) mit Phosphat* Enthält Allergene: (A) Glutenhaltiges Getreide und-erzeugnisse*; (a) Weizen und Weizenerzeugnisse*; (G) Laktose; (C) Eier und -erzeugnisse*; (D) Fisch und -erzeugnisse*; (H) Milch und -erzeugnisse*; (I) Sellerie und -erzeugnisse*; (J) Senf und -erzeugnisse*; (M) Schwefeldioxid und Sulfide in einer Konzentration von mehr als 10mg/kg oder 10/mg/l, als SO2 angegeben* [* Kennzeichnung gesetzlich vorgegeben]

Bei Fragen können Sie sich gerne im Zeitraum von 11 Uhr - 14:30 Uhr an die Küchenleitung der Bürgerhilfe Dalum wenden. Essensabmeldungen bitte bis 8 Uhr morgens. Herr Weßling und sein Team werden Ihnen gerne Auskunft geben.
Telefon: 05937-98082502, Fax: 05937-98082450
Das Küchenteam wünscht Ihnen einen guten Appetit!

Änderungen vorbehalten!