Bürgerhilfe®

ESSEN auf Rädern

Speiseplan vom 14.09.2026 - 20.09.2026

Tag	Menü I	Menü II
Montag	Wurstgulasch mit Paprika, Erbsen und Champignons 1,2,7,G,H,J Salzkartoffeln Joghurt G,H	Gemüsecremesuppe G,H,I Kochschinkenstreifen 1,2,7 Joghurt G,H
	465 kcal, 19 g Eiweiß, 21 g Fett, 47 g KH, 10 g GsFs, 2 g Salz, 18 g KMD	209 kcal, 17 g Eiweiß, 8 g Fett, 17 g KH, 5 g GsFs, 2 g Salz, 16 g KMD
Dienstag	Blumenkohl-Kartoffel-Auflauf Bechamelsauce 3,A,a,G,H Banane	Jägerschnitte 1,2,A,a,J Bratensoße A,a Regenbogenkarotten G,H Kartoffelpüree 2,G,H,M Banane
	438 kcal, 20 g Eiweiß, 16 g Fett, 47 g KH, 10 g GsFs, 2 g Salz, 23 g KMD	498 kcal, 19 g Eiweiß, 17 g Fett, 64 g KH, 8 g GsFs, 4 g Salz, 23 g KMD
Mittwoch	Kartoffelsuppe 1,2,8,I,M Bockwurstscheiben 1,2,12,G,H Pfirsichwürfel	Milchreis mit Zimt und Zucker G,H Pfirsichwürfel
	414 kcal, 16 g Eiweiß, 20 g Fett, 40 g KH, 8 g GsFs, 2 g Salz, 16 g KMD	422 kcal, 16 g Eiweiß, 8 g Fett, 70 g KH, 5 g GsFs, 0 g Salz, 31 g KMD
Donnerstag	Hähnchenkeule Geflügelsoße A,a Rahmkohlrabi 3,A,a,G,H,I Petersilienkartoffeln Götterspeise mit Soße Vanillegeschmack 3,G,H	Königsberger Klopse C Kapernsoße 3,A,a,G,H,I Kräuterreis Rote Bete Salat 4,8,9,M Götterspeise mit Soße Vanillegeschmack 3,G,H
	666 kcal, 54 g Eiweiß, 21 g Fett, 60 g KH, 1 g GsFs, 2 g Salz, 16 g KMD	660 kcal, 35 g Eiweiß, 22 g Fett, 78 g KH, 8 g GsFs, 3 g Salz, 22 g KMD
Freitag	Pangasius Filet mehliert 9,A,a,D Kräutersoße 3,A,a,G,H,I Möhrenrohkostsalat 2 Salzkartoffeln Fruchtjoghurt G,H	vegetarische Gemüsefrikadelle A,a,C Pellkartoffeln mit Kräuterquark G,H Fruchtjoghurt G,H
	499 kcal, 29 g Eiweiß, 11 g Fett, 69 g KH, 4 g GsFs, 3 g Salz, 36 g KMD	476 kcal, 21 g Eiweiß, 6 g Fett, 81 g KH, 2 g GsFs, 1 g Salz, 28 g KMD
Samstag	Brokkolieintopf 2,8,G,H,I,M Kasselerwürfel 1,2 Pudding Vanillegeschmack 3	Weiße Bohnensuppe 1,2,8,I,M Rindfleischwürfel I Pudding Vanillegeschmack 3
	381 kcal, 22 g Eiweiß, 13 g Fett, 42 g KH, 5 g GsFs, 3 g Salz, 12 g KMD	610 kcal, 41 g Eiweiß, 13 g Fett, 73 g KH, 5 g GsFs, 2 g Salz, 12 g KMD
Sonntag	Rahmgeschnetzeltes A,a,G,H Kaisergemüse G,H Petersilienkartoffeln Erdbeercreme 3,G,H	Rahmgeschnetzeltes A,a,G,H Buttergemüse G,H Kartoffelpüree 2,G,H,M Erdbeercreme 3,G,H
	465 kcal, 26 g Eiweiß, 13 g Fett, 55 g KH, 6 g GsFs, 1 g Salz, 20 g KMD	491 kcal, 27 g Eiweiß, 17 g Fett, 56 g KH, 9 g GsFs, 1 g Salz, 22 g KMD

Enthält Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff*; (2) mit Antioxidationsmittel*; (4) mit Süßungsmittel*; (3) mit Farbstoff*; (8) geschwefelt; (9) gewachst*; (7) mit Phosphat*; (12) mit Milcheiweiß* 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!