Bürgerhilfe®

ESSEN auf Rädern

Speiseplan vom 07.12.2026 - 13.12.2026

Tag	Menü I	Menü II
Montag	Reitersuppe 15,G,H Fruchtjoghurt G,H Obstsalat 3,9	Blumenkohl-Käse-Medaillon A,a,G,C,H Kräutersoße 3,A,a,G,H,I Kartoffelpüree 2,G,H,M Obstsalat 3,9
	580 kcal, 23 g Eiweiß, 29 g Fett, 57 g KH, 15 g GsFs, 1 g Salz, 45 g KMD	495 kcal, 14 g Eiweiß, 13 g Fett, 76 g KH, 6 g GsFs, 6 g Salz, 21 g KMD
Dienstag	Fleischkäse 1,2,7 Pikante Zwiebelsoße 3,A,a,G,H Kartoffelpüree 2,G,H,M Apfel-Rotkohl 2,15,G,H Frische Mandarinen 9	Currywurst 2,15 Kartoffel Wedges A,a Bunter Krautsalat 2 Frische Mandarinen 9
	691 kcal, 22 g Eiweiß, 46 g Fett, 45 g KH, 20 g GsFs, 4 g Salz, 19 g KMD	687 kcal, 24 g Eiweiß, 31 g Fett, 72 g KH, 8 g GsFs, 6 g Salz, 37 g KMD
Mittwoch	Kürbis-Rosenkohl-Eintopf G,H Bockwurstscheiben 1,2,12,G,H Schokoladenpudding G,H	Erbsensuppe 1,2,8,I,M Kasselerwürfel 1,2 Schokoladenpudding G,H
	580 kcal, 22 g Eiweiß, 19 g Fett, 75 g KH, 8 g GsFs, 52 g Salz, 38 g KMD	594 kcal, 35 g Eiweiß, 21 g Fett, 62 g KH, 9 g GsFs, 3 g Salz, 10 g KMD
Donnerstag	Hähnchenkeule Currysoße 3,A,a,G,H,I,J Bohnengemüse G,H Kartoffelpüree 2,G,H,M Fruchtjoghurt G,H	Reibekuchen A,a,C Apfelmus 2 Fruchtjoghurt G,H
	700 kcal, 42 g Eiweiß, 34 g Fett, 53 g KH, 8 g GsFs, 2 g Salz, 26 g KMD	586 kcal, 12 g Eiweiß, 11 g Fett, 106 g KH, 6 g GsFs, 3 g Salz, 39 g KMD
Freitag	Lachsfrikadelle A,a,G,D,H helle Soße 3,A,a,G,H Spinatnudeln 3,A,a,G,C,H Karamellpudding 3,G,H	Süßer Grießauflauf mit Kirschen A,a,G,C,H Soße Vanillegeschmack 3,G,H Karamellpudding 3,G,H
	779 kcal, 33 g Eiweiß, 23 g Fett, 107 g KH, 6 g GsFs, 2 g Salz, 18 g KMD	444 kcal, 18 g Eiweiß, 8 g Fett, 74 g KH, 4 g GsFs, 0 g Salz, 31 g KMD
Samstag	Himmel und Erde 1,2,8,I,M Bockwurstscheiben 1,2,12,G,H Pudding Vanillegeschmack 3	Brokkoli Cremesuppe G,H,I Pudding Vanillegeschmack 3
	522 kcal, 19 g Eiweiß, 21 g Fett, 60 g KH, 9 g GsFs, 2 g Salz, 31 g KMD	272 kcal, 10 g Eiweiß, 6 g Fett, 40 g KH, 3 g GsFs, 6 g Salz, 13 g KMD
Sonntag	Rahmgeschnetzeltes A,a,G,H Salzkartoffeln Rosenkohl Hollandaise G,C,H,I Erdbeercreme 3,G,H	Rahmgeschnetzeltes A,a,G,H Kartoffelpüree 2,G,H,M Eisbergsalat Joghurt Dressing 2,8,G,H,M Erdbeercreme 3,G,H
	530 kcal, 28 g Eiweiß, 20 g Fett, 58 g KH, 8 g GsFs, 1 g Salz, 21 g KMD	465 kcal, 26 g Eiweiß, 16 g Fett, 52 g KH, 7 g GsFs, 1 g Salz, 21 g KMD

Enthält Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff*; (2) mit Antioxidationsmittel*; (15) mit einer Zuckerart und 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 10m g/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!