Bürgerhilfe®

ESSEN auf Rädern

Speiseplan vom 19.10.2026 - 25.10.2026

Tag	Menü I	Menü II
Montag	Ofensuppe 15,G,H Banane	Apfel Milchreis G,H Zimt und Zucker Banane
	393 kcal, 19 g Eiweiß, 19 g Fett, 34 g KH, 11 g GsFs, 2 g Salz, 28 g KMD	624 kcal, 23 g Eiweiß, 9 g Fett, 112 g KH, 5 g GsFs, 1 g Salz, 55 g KMD
Dienstag	Frische grobe Bratwurst 2 Braune Soße A,a Sauerkraut 1,2,G,H,I Kartoffelpüree 2,G,H,M Pudding Vanillegeschmack 3	Spiralnudeln A,a,C Tomatensoße "Napoli" G,H Chinakohlsalat G,H Pudding Vanillegeschmack 3
	498 kcal, 25 g Eiweiß, 23 g Fett, 45 g KH, 11 g GsFs, 4 g Salz, 13 g KMD	400 kcal, 12 g Eiweiß, 9 g Fett, 66 g KH, 5 g GsFs, 1 g Salz, 22 g KMD
Mittwoch	Weißkohleintopf 1,2,3,8,G,H,I,M Hackfleisch Quarkspeise G,H	Kartoffelsuppe 1,2,8,I,M Bockwurstscheiben 1,2,12,G,H Quarkspeise G,H
	388 kcal, 23 g Eiweiß, 14 g Fett, 39 g KH, 6 g GsFs, 1 g Salz, 15 g KMD	419 kcal, 24 g Eiweiß, 21 g Fett, 32 g KH, 9 g GsFs, 2 g Salz, 9 g KMD
Donnerstag	Reibekuchen A,a,C Apfelmus 2 Pfirsichwürfel	Hähnchen-Gemüse-Pfanne 2,8,G,H,I,M Salzkartoffeln Pfirsichwürfel
	527 kcal, 8 g Eiweiß, 9 g Fett, 98 g KH, 5 g GsFs, 3 g Salz, 31 g KMD	501 kcal, 28 g Eiweiß, 9 g Fett, 72 g KH, 6 g GsFs, 4 g Salz, 19 g KMD
Freitag	Pangasiusfilet gedünstet 9,G,D,H Kräutersoße 3,A,a,G,H,I Wellenschnittmöhren G,H Petersilienkartoffeln Rote Grütze Soße Vanilla 3,G,H	Sülze 1,2,3,F,I,J Pellkartoffeln mit Kräuterquark G,H Rote Grütze Soße Vanilla 3,G,H
	428 kcal, 25 g Eiweiß, 10 g Fett, 56 g KH, 3 g GsFs, 4 g Salz, 22 g KMD	540 kcal, 26 g Eiweiß, 17 g Fett, 67 g KH, 6 g GsFs, 2 g Salz, 19 g KMD
Samstag	Dicke Bohneneintopf mit Speck 1,2,8,G,H,M Buttermilchdessert G,H	Bunte Gemüsesuppe 2,8,I,M Geflügelbällchen A,a,C Buttermilchdessert G,H
	617 kcal, 26 g Eiweiß, 31 g Fett, 55 g KH, 18 g GsFs, 3 g Salz, 25 g KMD	493 kcal, 24 g Eiweiß, 17 g Fett, 55 g KH, 5 g GsFs, 3 g Salz, 24 g KMD
Sonntag	Zwiebelbraten 3 Bratensoße A,a Rahmkohlrabi 3,A,a,G,H,I Petersilienkartoffeln Stracciatellarcreme 3,G,F,H	Zwiebelbraten 3 Bratensoße A,a Rosenkohl Hollandaise G,C,H,I Kartoffelpüree 2,G,H,M Stracciatellarcreme 3,G,F,H
	558 kcal, 28 g Eiweiß, 22 g Fett, 58 g KH, 11 g GsFs, 3 g Salz, 15 g KMD	652 kcal, 29 g Eiweiß, 35 g Fett, 55 g KH, 16 g GsFs, 2 g Salz, 19 g KMD

Enthält Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff*; (2) mit Antioxidationsmittel*; (15) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel*; (3) mit Farbstoff*; (8) geschwefelt; (9) gewachst*; (12) mit Milcheiweiß* Enthält Allergene: (A) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse*; (a) Weizen und Weizenerzeugnisse*; (G) Laktose; (C) Eier und -erzeugnisse*; (D) Fisch und -erzeugnisse*; (F) Soja 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!