Bürgerhilfe®

ESSEN auf Rädern

# Speiseplan vom 19.10.2026 - 25.10.2026

| Tag | Menü I | Menü II |
|---|---|---|
| **Montag** | Ofensuppe 15,G,H<br>Banane | Apfel Milchreis G,H<br>Zimt und Zucker<br>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<br>Braune Soße A,a<br>Sauerkraut 1,2,G,H,I<br>Kartoffelpüree 2,G,H,M<br>Pudding Vanillegeschmack 3 | Spiralnudeln A,a,C<br>Tomatensoße "Napoli" G,H<br>Chinakohlsalat G,H<br>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<br>Hackfleisch<br>Quarkspeise G,H | Kartoffelsuppe 1,2,8,I,M<br>Bockwurstscheiben 1,2,12,G,H<br>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<br>Apfelmus 2<br>Pfirsichwürfel | Hähnchen-Gemüse-Pfanne 2,8,G,H,I,M<br>Salzkartoffeln<br>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<br>Kräutersoße 3,A,a,G,H,I<br>Wellenschnittmöhren G,H<br>Petersilienkartoffeln<br>Rote Grütze Soße Vanilla 3,G,H | Sülze 1,2,3,F,I,J<br>Pellkartoffeln mit Kräuterquark G,H<br>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<br>Buttermilchdessert G,H | Bunte Gemüsesuppe 2,8,I,M<br>Geflügelbällchen A,a,C<br>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<br>Bratensoße A,a<br>Rahmkohlrabi 3,A,a,G,H,I<br>Petersilienkartoffeln<br>Stracciatellarcreme 3,G,F,H | Zwiebelbraten 3<br>Bratensoße A,a<br>Rosenkohl<br>Hollandaise G,C,H,I<br>Kartoffelpüree 2,G,H,M<br>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 Schüttorf wenden. Essensabmeldungen bitte bis 8 Uhr morgens. Frau Bollmer und ihr Team werden Ihnen gerne Auskunft geben. Telefon: 05923-96868160, Fax: 05923-96868161

Das Küchenteam wünscht Ihnen einen guten Appetit!

*Änderungen vorbehalten!*