Wir, die AWO, kochen noch selbst!

Name: **Telefon: 246160**

Speiseplan für die Woche vom 14.09.2026 – 20.09.2026

1=Farbstoffe 2=Konservierungsstoffe 3=Antioxidationsmittel 4=Geschmacksverstärker 5=Phosphat 6=Süßungsmittel

	Änderung vorbehalten! Guten Appetit!	Allergene	kcal
Montag: 14.09.2026	Erbsensuppe mit Würstchen Mousse	2	601, 150
	Ga.: Kartoffelsuppe mit Würstchen Mousse	i 2	392, 150
Dienstag: 15.09.2026	Hähnchengyros, Gemüsereis Rohkostsalat	a 1	348, 50
Mittwoch: 16.09.2026	Grießbrei mit Erdbeeren	a,g 1	264
	Z.: Bauernfrühstück, saure Gurke Erdbeeren	j,c 1,2	450, 85
Donnerstag: 17.09.2026	Kasslerbraten mit Sauerkohl, Semmelknödel	a 1,3	833
	Ga.: gefüllte Zucchini + Zitronensoße, Salzkartoffeln	a,g 2	484
Freitag: 18.09.2026	Senfsoße mit Ei, Kartoffeln grüner Salat	a 1,2	274, 35
	Ga.: Dillsoße mit Ei, Kartoffeln grüner Salat	a 1,2	269, 35
Samstag: 19.09.2026	Sternchennudelsuppe Quarkspeise	a,i	371, 171
Sonntag: 20.09.2026	Rouladen mit Rotkohlgemüse, Salzkartoffeln Nachspeise	a,j,i 1,2	505, 75

a = Glutenhaltiges Getreide b = Krebstiere c = Eier d = Fisch e = Erdnüsse f = Sojabohnen g= Milch
h = Schalenfrüchte i = Sellerie j = Senf k = Sesamsamen l = Lupinen m = Weichtiere n=Schwefeldioxid und Sulfite
Kann Spuren von oben genannten Allergen enthalten

Wir, die AWO, kochen noch selbst!

Name: **Telefon: 246160**

Speiseplan für die Woche vom 14.09.2026 – 20.09.2026

1=Farbstoffe 2=Konservierungsstoffe 3=Antioxidationsmittel 4=Geschmacksverstärker 5=Phosphat 6=Süßungsmittel

	Änderung vorbehalten! Guten Appetit!	Allergene	kcal
Montag: 14.09.2026	Erbsensuppe mit Würstchen Mousse	2	601, 150
	Ga.: Kartoffelsuppe mit Würstchen Mousse	i 2	392, 150
Dienstag: 15.09.2026	Hähnchengyros, Gemüsereis Rohkostsalat	a 1	348, 50
Mittwoch: 16.09.2026	Grießbrei mit Erdbeeren	a,g 1	264
	Z.: Bauernfrühstück, saure Gurke Erdbeeren	j,c 1,2	450, 85
Donnerstag: 17.09.2026	Kasslerbraten mit Sauerkohl, Semmelknödel	a 1,3	833
	Ga.: gefüllte Zucchini + Zitronensoße, Salzkartoffeln	a,g 2	484
Freitag: 18.09.2026	Senfsoße mit Ei, Kartoffeln grüner Salat	a 1,2	274, 35
	Ga.: Dillsoße mit Ei, Kartoffeln grüner Salat	a 1,2	269, 35
Samstag: 19.09.2026	Sternchennudelsuppe Quarkspeise	a,i	371, 171
Sonntag: 20.09.2026	Rouladen mit Rotkohlgemüse, Salzkartoffeln Nachspeise	a,j,i 1,2	505, 75

a = Glutenhaltiges Getreide b = Krebstiere c = Eier d = Fisch e = Erdnüsse f = Sojabohnen g= Milch
h = Schalenfrüchte i = Sellerie j = Senf k = Sesamsamen l = Lupinen m = Weichtiere n=Schwefeldioxid und Sulfite
Kann Spuren von oben genannten Allergen enthalten