

## Wochenplan KW 04/2026

### Essen auf Rädern



KW 4	Vorspeise	Hauptgang	Dessert
<b>Mo</b> <b>19.01.</b>	Sellerierahmsuppe 🍲 m, r 🔥 270	<b>Menü 1:</b> grobe Bratwurst mit Kartoffelpüree, Bratensoße und Bohnengemüse 🍲 m, r, u, O 🔥 633 <b>Menü 2:</b> vegetarisches Bauernfrühstück mit Salat 🍲 r, u, e, w 🔥 446	Schokoladenpudding 🍲 m 🔥 117
<b>Di</b> <b>20.01.</b>	Blumenkohl-Kichererbsensuppe 🍲 m 🔥 57	<b>Menü 1:</b> Hähnchengeschnetzeltes in Paprikasoße, Möhren und Reis 🔥 514 <b>Menü 2:</b> Gemüselasagne mit Karotte, Käse, Lauch und Kräutersoße und Salat 🍲 m, r, e, w 🔥 530	Himbeerjoghurt 🍲 m 🔥 100
<b>Mi</b> <b>21.01.</b>	Karottensuppe 🍲 r 🔥 226	<b>Menü 1:</b> Süße Knöpfle mit Apfelmus 🍲 m, e, w 🔥 494 <b>Menü 2:</b> heiße Fleischwurst mit Röstkartoffeln und Salat 🍲 r, u 🔥 767	Obstquark 🍲 m 🔥 161
<b>Do</b> <b>22.01.</b>	Geröstete Grießsuppe 🍲 r, w 🔥 129	<b>Menü 1:</b> Frikadelle mit Salzkartoffeln, Bratensoße und Rahm-Kohlrabi 🍲 m, r, u, w, e 🔥 670 <b>Menü 2:</b> Spätzle mit Champignonrahmsauce und Salat 🍲 m, r, u, w, e 🔥 358	Vanillepudding 🍲 m 🔥 120
<b>Fr</b> <b>23.01.</b>	Gemüsesuppe 🍲 m, r 🔥 120	<b>Menü 1:</b> grüne Bandnudeln mit Seelachs-Dillsahnesoße und Salat 🍲 m, r, u, w, e 🔥 935 <b>Menü 2:</b> Blumenkohl- Kartoffelgratin mit Buttersoße 🍲 m, r, e, w 🔥 790	gelbe Grütze 🔥 98
<b>Sa</b> <b>24.01.</b>		<b>Menü 1:</b> (EAR: Salat) Linseneintopf mit Wiener Würstchen und Brot 🍲 r, w 🔥 775 <b>Menü 2:</b> (EAR: Linseneintopf) Buchteln mit Apfel-Heidelbeer-Kompott 🍲 e, w 🔥 958	Obstsalat 🔥 50
<b>So</b> <b>25.01.</b>	Minestrone mit Markklößchen 🍲 r, u 🔥 126	<b>Menü 1:</b> Rinderbraten mit Kartoffeln, Rotkohl und Rotweinsauce 🍲 r, u 🔥 616 <b>Menü 2:</b> Gulasch, Knödel und Salat 🍲 r, u, w 🔥 417	Fruchtjoghurt 🍲 m 🔥 59

Das Team von Genuss und Harmonie wünscht guten Appetit.

Alle Kalorienangaben sind Schätzwerte. Änderungen am Plan vorbehalten!

Für Fragen und Anregungen erreichen Sie uns unter 06303 - 911 243

Informationen zu Allergenen und Zusatzstoffen erhalten Sie unter <https://prot-altenhilfe.de/allergene>.