



Speiseplan vom 04.05.2026 bis 10.05.2026 UKM-MHS



	Menü 1 Vollkost	Menü 2 Angepasste Vollkost	Menü 3 Vegetarisch	Abendbeilage
Mo	Indisches Kartoffel-Gemüse-Curry in Rahmsauce ¹² frisches Obst <i>352 kcal; 60 g KH</i>	Hähnchen "Milanese" ^{g, g1, e, m} an Tomaten-Basilikum-Sauce ^{g, g1, m, 12} Zucchini Gemüse und Bandnudeln ^{g, g1} frisches Obst <i>471 kcal; 62 g KH</i>	vegetarisches Cordon Bleu ^{g, g1, e, so, m, se, sen} an Tomaten-Basilikum-Sauce ^{g, g1, m, 12} Zucchini Gemüse und Bandnudeln ^{g, g1} frisches Obst <i>535 kcal; 62 g KH</i>	pikante Gurkenhappen ^{sen, 5} oder Tomate in Scheiben <i>24 kcal; 3 g KH</i>
Di	Putengeschnetzeltes "Gyros Art" mit Tzatziki ^{28, m} und Tomatenreis und Krautsalat ² Birnenkompott <i>564 kcal; 71 g KH</i>	gekochte Eier ^e in Senfsauce ^{g, g1, 28, m, sen, 12, 42} dazu Romanescomix und Dampfkartoffeln Birnenkompott <i>426 kcal; 53 g KH</i>	Gemüseköttbular ^e mit Tzatziki ^{28, m} und Tomatenreis und Krautsalat ² Birnenkompott <i>553 kcal; 93 g KH</i>	bunter Erbsen-Maissalat ^{sen, sch, 2} oder Tomate in Scheiben <i>94 kcal; 11 g KH</i>
Mi	Bauerntopf mit Rinderhackfleisch, Paprika Bohnen und Tomaten Waldfruchtputting ^{28, m} <i>411 kcal; 39 g KH</i>	Kohlrabi-Kartoffelauflauf ^{g, g1, 28, e, m, se, 12, 42} Waldfruchtputting ^{28, m} <i>576 kcal; 55 g KH</i>	amerikanische Pancakes (süße Pfannkuchen) ^{g, g1, 28, e, m, n2} Pfirsich-Mangokompott ² Waldfruchtputting ^{28, m} <i>768 kcal; 117 g KH</i>	Waldorfsalat (-mit Sellerie) ^{g, g1, 28, e, so, m, n, n2, se, sen, sch, 1} oder Tomate in Scheiben <i>191 kcal; 12 g KH</i>
Do	herzhafte Sülze vom Schwein ^{93, sch, 1, 2, 3, 16} mit Remoulade ^{e, sen, 2, 5, 12} dazu Bratkartoffeln dazu gemischter Salat ^{28, e, m, sen, 2, 5, 12} Quarkspeise ^{28, m, 42} <i>704 kcal; 53 g KH</i>	würziges Putenragout ¹² Kohlrabi und Dampfkartoffeln Quarkspeise ^{28, m, 42} <i>232 kcal; 35 g KH</i>	Vegetarische Linsenbolognese auf Vollkornspaghetti ^{g, g1} Quarkspeise ^{28, m, 42} <i>456 kcal; 77 g KH</i>	Nudelsalat mit Mandarinen ^{g, 28, e, m, sen, 2, 5, 12} oder Tomate in Scheiben <i>164 kcal; 16 g KH</i>
Fr	Fisch-Schlemmerfilet ^{g, f} mit Spitzkohlgemüse ^{sch, 2} und Kartoffelpüree ^{m, 2} Schokoladenpudding ^{28, m} <i>586 kcal; 61 g KH</i>	Schweineschnitzel ^{g, g1} an pikanter Sauce mit Erbsengemüse und Dampfkartoffeln Schokoladenpudding ^{28, m} <i>511 kcal; 68 g KH</i>	vegetarisches Geschnetzeltes mit Paprika mit Erbsengemüse und Dampfkartoffeln Schokoladenpudding ^{28, m} <i>437 kcal; 56 g KH</i>	Gurkensalat ^{28, e, m, sen, 2, 5, 12} oder Tomate in Scheiben <i>59 kcal; 5 g KH</i>
Sa	Lasagne Bolognese vom Rind mit Käse überbacken ^{g, g1, 28, m, 12, 42} dazu gemischter Salat ^{28, e, m, sen, 2, 5, 12} Fruchtjoghurt ^{28, m, 9, 10, 42} <i>721 kcal; 75 g KH</i>	Westfälischer Hühnersuppentopf mit buntem Gemüse ^{se} Fruchtjoghurt ^{28, m, 9, 10, 42} <i>403 kcal; 49 g KH</i>	Vollkorn-Gemüsebratling ^{g, g1, g2, g6} an Frühlingszwiebelsauce ¹² und Wildreis dazu gemischter Salat ^{28, e, m, sen, 2, 5, 12} Fruchtjoghurt ^{28, m, 9, 10, 42} <i>656 kcal; 93 g KH</i>	orientalischer Couscous-Salat ^{g, g1, se, sen, sch, 2} oder Tomate in Scheiben <i>147 kcal; 23 g KH</i>
So	gekochtes Rindfleisch in Zwiebelsauce ^{g, g1, sen, sch, 2, 12} mit Fingermöhren und Dampfkartoffeln Zitronencreme ^{28, m, 6} <i>723 kcal; 54 g KH</i>	Rotbarschfilet gedünstet ^t Dijonsensauce ^{g, g1, 28, m, sen, 12, 42} mit Karotten-Bohnen-gemüse und Dampfkartoffeln Zitronencreme ^{28, m, 6} <i>448 kcal; 49 g KH</i>	Gemüsestrudel ^{g, g1, e, so, m, se, sen} Dijonsensauce ^{g, g1, 28, m, sen, 12, 42} mit Fingermöhren und Dampfkartoffeln Zitronencreme ^{28, m, 6} <i>481 kcal; 62 g KH</i>	Eiersalat mit Champignons und Spargel ^{e, sen, sch, 2, 5, 12} oder Tomate in Scheiben <i>155 kcal; 5 g KH</i>

Allergene/Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff, (2) mit Antioxidationsmittel, (3) mit Geschmacksverstärker, (5) mit Süßungsmitteln, (6) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel, (9) mit Zuckerarten und Süßungsmitteln, (10) enthält eine Phenylalaninquelle, (12) mit Farbstoff, (16) mit Phosphat, (42) Thermisiert, ohne Kühlung haltbar (93) unter Verwendung von Alkohol, (g) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse, (g1) Weizen und Weizenerzeugnisse, (g2) Dinkel und Dinkelerzeugnisse, (g6) Hafer und Hafererzeugnisse, (28) Laktose, (e) Eier und -erzeugnisse, (f) Fisch und -erzeugnisse, (so) Soja und -erzeugnisse, (m) Milch und -erzeugnisse, (n) Schalenfrüchte und -erzeugnisse, (n2) Haselnüsse und Haselnusserzeugnisse, (se) Sellerie und -erzeugnisse, (sen) Senf und -erzeugnisse, (sch) Schwefeldioxid und Sulfide in einer Konzentration von mehr als 10mg/kg oder 10/mg/l, als SO2 angegeben

Änderungen vorbehalten

Guten Appetit wünscht Ihr Küchenteam !