



Speiseplan vom 03.08.2026 bis 09.08.2026 UKM-MHS



	Menü 1 Vollkost	Menü 2 Angepasste Vollkost	Menü 3 Vegetarisch	Abendbeilage
Mo	pikanter Heringstip ^{28, e, f, m, 2, 9, 10} mit Prinzessbohnen dazu Bratkartoffeln frisches Obst 655 kcal; 51 g KH	Königsberger Klopse (Schwein) an Kapernsauce ^{g, g1, 28, m, 12, 42} Rote Betesalat ⁵ und Dampfkartoffeln frisches Obst 391 kcal; 43 g KH	Marokkanischer Kichererbseneintopf mit Gemüse ^{sch, 2} frisches Obst 207 kcal; 34 g KH	Möhren- Apfelsalat oder Tomate in Scheiben 70 kcal; 11 g KH
Di	Rindergeschnetzeltes Art Stroganoff ^{sen, 5} dazu Farmersalat ^{se, 1} und Dampfkartoffeln Nougatcreme ^{28, m, n, n2, 42} 416 kcal; 46 g KH	frisches Rührei ^{28, e, m, se} dazu Spinat ^{g, g1, 28, m, 12, 42} und Kartoffelpüree Nougatcreme ^{28, m, n, n2, 42} 556 kcal; 52 g KH	Pfannkuchen mit Blaubeerfüllung ^{g, g1, e, m, n, n2} dazu Vanillesauce ^{28, m, 42} Nougatcreme ^{28, m, n, n2, 42} 635 kcal; 104 g KH	Tomatensalat ^{sen, sch, 2} 43 kcal; 4 g KH
Mi	Münsterländer Linseneintopf ^{so, se} Mettwurst vom Schwein ^{1, 2} Quarkcreme mit Waldbeeren ^{28, m} 659 kcal; 54 g KH	Putengulasch in Pilz- Kräutersauce ¹² mit Kohlrabigemüse ^{28, m, 42} Nudeln ^{g, g1, e} Quarkcreme mit Waldbeeren ^{28, m} 509 kcal; 59 g KH	Kartoffelpizza mit Tomate und Käse ^{g, g1, 28, e, m, sch, 1, 2} Chinakohlsalat ^{28, e, m, sen, 2, 5, 12} Quarkcreme mit Waldbeeren ^{28, m} 458 kcal; 47 g KH	pikante Gurkenhappen ^{sen, 5} oder Tomate in Scheiben 24 kcal; 3 g KH
Do	Hähnchenschnitzel ^{g, g1, e, 20} an süß-saurer Sauce ⁹ Wokgemüse ^{g, g1, so} und Reis Fruchtkompott 582 kcal; 94 g KH	gratinierte Zucchini mit Rinderhack gefüllt ^{28, m} an Kräutersauce ^{g, g1, 28, m, 12, 42} und Dampfkartoffeln Fruchtkompott 479 kcal; 46 g KH	Frühlingsrolle ^{g, g1, e, so} an süß-saurer Sauce ⁹ Wokgemüse ^{g, g1, so} und Reis Fruchtkompott 559 kcal; 98 g KH	vegetarischer Tortellinisalat ^{g, 28, e, m, sen, sch, 2, 5, 12, 19, 21} oder Tomate in Scheiben 200 kcal; 30 g KH
Fr	Seelachsfilet Müllerin Art ^{g, 28, f, m, sen, 17, 19} in Senfsauce ^{g, g1, 28, m, sen, 12, 42} dazu Gurkensalat ^{sen} und Dampfkartoffeln Erdbeercreme ^{28, m, 12} 548 kcal; 55 g KH	Marinierte Hähnchenkeule an Salbeisauce mit Erbsengemüse und Dampfkartoffeln Erdbeercreme ^{28, m, 12} 690 kcal; 53 g KH	frische Ofenkartoffel an Kräuterquark ^{28, m} dazu Gurkensalat ^{sen} Erdbeercreme ^{28, m, 12} 502 kcal; 69 g KH	Wachsbohnen salat ^{28, e, m, sen, 2, 5, 12} oder Tomate in Scheiben 70 kcal; 6 g KH
Sa	westfälischer Schnittbohneeneintopf ¹² mit Rindfleischstreifen Fruchtjoghurt ^{28, m, 9, 10, 42} 337 kcal; 39 g KH	Spinatlasagne ^{g, g1, 28, m, 12, 42} Fruchtjoghurt ^{28, m, 9, 10, 42} 556 kcal; 71 g KH	Gemüsefrikadelle ^{g, g1, e} an Käsesauce ^{g, g1, 28, m, sch, 12, 42} mit bunten Karotten und Kartoffelpüree ^{m, 2} Fruchtjoghurt ^{28, m, 9, 10, 42} 523 kcal; 71 g KH	Rote Betesalat ^{sch, 2, 5} oder Tomate in Scheiben 64 kcal; 9 g KH
So	Rinderroulade ^{sen, 1, 2, 16} in eigener Sauce ^{sen} Apfelrotkohl ^{sch, 2} und Kartoffelknödel Karamellpudding ^{28, m} 554 kcal; 66 g KH	Putenschnitzel mit Pfirsichen ^{g, g1, 28, m, 12, 42} dazu Broccoligemüse und Reis Karamellpudding ^{28, m} 589 kcal; 72 g KH	vegetarisches Schnitzel "Toscana" ^{g, 28, e, m, 19, 26} an Gorgonzolasauce ^{g, g1, 28, m, 12, 42} dazu Broccoligemüse und Reis Karamellpudding ^{28, m} 486 kcal; 67 g KH	bunter Reissalat ^{28, e, m, sen, 2, 5, 12} oder Tomate in Scheiben 154 kcal; 21 g KH

Allergene/Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff, (2) mit Antioxidationsmittel, (5) mit Süßungsmitteln, (9) mit Zuckerarten und Süßungsmitteln, (10) enthält eine Phenylalaninquelle, (12) mit Farbstoff, (16) mit Phosphat, (17) mit Milchpulver, (19) mit Milcheiweiß, (20) mit Eiklar, (21) unter Verwendung von Milch, (26) genetisch verändert, (42) Thermisiert, ohne Kühlung haltbar (g) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse, (g1) Weizen und Weizenerzeugnisse, (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 !