



# Speiseplan vom 14.09.2026 bis 20.09.2026 UKM-MHS



|           | Menü 1 Vollkost                                                                                                                                                                                                                      | Menü 2 Angepasste Vollkost                                                                                                                                                                                                                                       | Menü 3 Vegetarisch                                                                                                                                                                                                   | Abendbeilage                                                                                                                 |
|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Mo</b> | kleine Schweinshaxe<br>an Specksauce <sup>1, 2</sup><br>mit Sauerkraut<br>und Kartoffelpüree <sup>m, 2</sup><br>frisches Obst<br><br><hr/> 506 kcal; 46 g KH                                                                         | Gabelspaghetti <sup>g</sup><br>mit Bolognesesauce vom<br>Rind<br>mit Parmesan <sup>28, e, m, 1</sup><br>dazu Endivienmixsalat <sup>28, e, m, sen, 2, 5, 12</sup><br>frisches Obst<br><br><hr/> 665 kcal; 77 g KH                                                 | Gabelspaghetti <sup>g</sup><br>vegetarische<br>Gemüsebolognese<br>dazu Endivienmixsalat <sup>28, e, m, sen, 2, 5, 12</sup><br>frisches Obst<br><br><hr/> 471 kcal; 80 g KH                                           | Broccolisalat <sup>sen, sch, 2</sup><br>oder Tomate<br>in Scheiben<br><br><hr/> 82 kcal; 10 g KH                             |
| <b>Di</b> | Rahmgeschnetzeltes vom<br>Schwein <sup>12</sup><br>mit Speckbohnen <sup>1, 2</sup><br>und Bandnudeln <sup>g, g1</sup><br>Schokoladenpudding <sup>28, m</sup><br><br><hr/> 603 kcal; 62 g KH                                          | Leberkäse (Pute) <sup>1, 2, 16</sup><br>an Geflügelsauce<br>mit Fingermöhren<br>und Dampfkartoffeln<br>Schokoladenpudding <sup>28, m</sup><br><br><hr/> 546 kcal; 52 g KH                                                                                        | Gebackener Camembert <sup>g, 28, m, 19, 21</sup><br>Preiselbeeren <sup>1</sup><br>Tomatensalat <sup>sen, sch, 2</sup><br>Pflirsich und Ananas<br>Schokoladenpudding <sup>28, m</sup><br><br><hr/> 929 kcal; 98 g KH  | Ital. Nudelsalat <sup>g, g1, sch, 2, 15</sup><br>oder Tomate<br>in Scheiben<br><br><hr/> 206 kcal; 35 g KH                   |
| <b>Mi</b> | Bifteki v. Rind <sup>g, 28, e, m, se, sen, 20</sup><br>mit Tzatziki <sup>28, m</sup><br>mit Balkangemüse<br>dazu Reis in<br>Tomatensauce <sup>g, g1, m, 12</sup><br>Mango-Quarkcreme <sup>28, m</sup><br><br><hr/> 640 kcal; 78 g KH | Westfälische<br>Kartoffelsuppe mit<br>frischen Kräutern <sup>se, 12</sup><br>Geflügelwürstchen <sup>1, 2, 16</sup><br>Mango-Quarkcreme <sup>28, m</sup><br><br><hr/> 402 kcal; 47 g KH                                                                           | vegane Falafel <sup>g</sup><br>mit Tzatziki <sup>28, m</sup><br>mit Balkangemüse<br>dazu Reis in<br>Tomatensauce <sup>g, g1, m, 12</sup><br>Mango-Quarkcreme <sup>28, m</sup><br><br><hr/> 608 kcal; 86 g KH         | Kohlrabisalat <sup>sen, sch, 2</sup><br>oder Tomate<br>in Scheiben<br><br><hr/> 79 kcal; 9 g KH                              |
| <b>Do</b> | Schweineschnitzel <sup>g, g1</sup><br>an Paprikasauce <sup>se, 5, 9</sup><br>dazu Gurkensalat <sup>sen</sup><br>Schmorkartoffeln<br>Apfelpudding<br><br><hr/> 579 kcal; 79 g KH                                                      | Nudel-Gemüse-Auflauf<br>mit Putenschinken und<br>Käse überbacken <sup>g, g1, 28, e, m, 1, 2, 16, 42</sup><br>an Tomatensauce <sup>g, g1, 12</sup><br>Apfelpudding<br><br><hr/> 592 kcal; 61 g KH                                                                 | Vegetarisches Schnitzel <sup>g, g1, g6, e, m, 12</sup><br>an Paprikasauce <sup>12</sup><br>dazu Gurkensalat <sup>sen</sup><br>Schmorkartoffeln<br>Apfelpudding<br><br><hr/> 578 kcal; 74 g KH                        | Tomatensalat <sup>sen, sch, 2</sup><br><br><br><hr/> 43 kcal; 4 g KH                                                         |
| <b>Fr</b> | frische Kartoffel-<br>Reibekuchen <sup>g, g1, g6, e, se</sup><br>dazu Apfelmus <sup>2</sup><br>Latte-Macchiato-Creme <sup>28, m</sup><br><br><hr/> 692 kcal; 93 g KH                                                                 | mehliertes Flunderfilet <sup>g, g1, 28, f, m</sup><br>an Dillsauce <sup>g, g1, 28, m, 12, 42</sup><br>dazu Spinat <sup>g, g1, 28, m, 12, 42</sup><br>und Kartoffelpüree <sup>m, 2</sup><br>Latte-Macchiato-Creme <sup>28, m</sup><br><br><hr/> 592 kcal; 76 g KH | Hausgemachter Grießbrei <sup>g, g1, 28, m, 42</sup><br>mit heißen<br>Schattenmorellen<br>Latte-Macchiato-Creme <sup>28, m</sup><br><br><hr/> 519 kcal; 97 g KH                                                       | pikante<br>Gurkenhappen <sup>sen, 5</sup><br>oder Tomate<br>in Scheiben<br><br><hr/> 24 kcal; 3 g KH                         |
| <b>Sa</b> | Serbische Bohnensuppe <sup>se</sup><br>mit gewürfeltem<br>Schweinebauch<br>Fruchtjoghurt <sup>28, m, 9, 10, 42</sup><br><br><hr/> 421 kcal; 50 g KH                                                                                  | Gemüse-Reispfanne mit<br>Geflügelstreifen<br>an Kerbelsauce <sup>g, g1, 28, m, 12, 42</sup><br>Fruchtjoghurt <sup>28, m, 9, 10, 42</sup><br><br><hr/> 479 kcal; 58 g KH                                                                                          | Gemüseschnitzel <sup>g, g1, g2, g6</sup><br>an Kerbelsauce <sup>g, g1, 28, m, 12, 42</sup><br>dazu Broccoligemüse<br>und Dampfkartoffeln<br>Fruchtjoghurt <sup>28, m, 9, 10, 42</sup><br><br><hr/> 599 kcal; 82 g KH | Vanillepudding<br>mit Fruchtsoße <sup>28, m, 12</sup><br>Tomate<br>Abendbeilage<br>(Scheiben)<br><br><hr/> 155 kcal; 20 g KH |
| <b>So</b> | Rindergulasch ungarisch<br>mit Leipziger Allerlei<br>und Spätzle <sup>g, g1, e</sup><br>Mandel-Kokoscreme <sup>28, m, n, n1, 12</sup><br><br><hr/> 585 kcal; 63 g KH                                                                 | Schweinebraten<br>in Apfelsauce <sup>2</sup><br>mit Blumenkohl <sup>g, g1, 28, m, 12, 42</sup><br>und Dampfkartoffeln<br>Mandel-Kokoscreme <sup>28, m, n, n1, 12</sup><br><br><hr/> 551 kcal; 45 g KH                                                            | leichtes Pilzragout <sup>12</sup><br>mit Leipziger Allerlei<br>und Spätzle <sup>g, g1, e</sup><br>Mandel-Kokoscreme <sup>28, m, n, n1, 12</sup><br><br><hr/> 477 kcal; 58 g KH                                       | Kartoffelsalat <sup>e, sen, 2, 5, 12</sup><br>oder Tomate<br>in Scheiben<br><br><hr/> 191 kcal; 9 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, (15) geschwärzt, (16) mit Phosphat, (19) mit Milcheiweiß, (20) mit Eiklar, (21) unter Verwendung von Milch, (42) Thermisiert, ohne Kühlung haltbar (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, (m) Milch und -erzeugnisse, (n) Schalenfrüchte und -erzeugnisse, (n1) Mandeln und Mandelerzeugnisse, (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 !**