



Speiseplan vom 01.12.2025 bis 07.12.2025 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 Milchreis mit Zimt und Zucker ^m	Königsberger Klopse (Schwein) an Kapernsauce ^{g, g1, 28, m, 12} Rote Betesalat ⁵ und Dampfkartoffeln Milchreis mit Zimt und Zucker ^m	Tortellini mit Käsefüllung ^{g, g1, 28, m} an Tomatensauce ^{g, g1, 12} dazu Blattsalat Milchreis mit Zimt und Zucker ^m	Möhren- Apfelsalat oder Tomate in Scheiben
	759 kcal; 66 g KH	479 kcal; 56 g KH	728 kcal; 122 g KH	128 kcal; 17 g KH
Di	Rindergeschnetzeltes Art Stroganoff ^{sen, 5} und Dampfkartoffeln dazu Farmersalat ^{se, 1} Fruchtkompott	frisches Rührei ^{28, e, m, se} dazu Spinat ^{g, g1, 28, m, 12, 42} und Kartoffelpüree ^{m, 2} Fruchtkompott	frischer Apfelpfannkuchen ^{g, g1, 28, e, m} dazu Vanillesauce ^{28, m, 42} Fruchtkompott	Tomatensalat ^{sen, sch, 2}
	367 kcal; 45 g KH	498 kcal; 51 g KH	611 kcal; 107 g KH	69 kcal; 4 g KH
Mi	Münsterländer Linseneintopf ^{so, se} Mettwurst vom Schwein ^{1, 2} Quarkcreme mit Waldbeeren ^{28, m}	Putengulasch in Pilz- Kräutersauce ¹² mit Kohlrabigemüse ^{28, m, 42} Nudeln ^{g, g1, e} Quarkcreme mit Waldbeeren ^{28, m}	Rosenkohl-Kartoffel-Auflauf ^{g, g1, 28, e, m, n, n1, se, 12, 42} Quarkcreme mit Waldbeeren ^{28, m}	pikante Gurkenhappen ^{sen, 5} oder Tomate in Scheiben
	668 kcal; 56 g KH	509 kcal; 58 g KH	676 kcal; 54 g KH	24 kcal; 3 g KH
Do	Hähnchenschnitzel ^{g, g1} an süß-saurer Sauce ⁹ und Reis Chinakohlsalat ^{28, e, m, sen, 2, 5, 12} Nougatcreme ^{28, m, n, n2, 42}	leichter Hackbraten vom Schwein an pikanter Sauce mit Blumenkohl ^{g, g1, 28, m, 12, 42} und Dampfkartoffeln Nougatcreme ^{28, m, n, n2, 42}	Frühlingsrolle ^{g, g1, e, so} an süß-saurer Sauce ⁹ und Reis Chinakohlsalat ^{28, e, m, sen, 2, 5, 12} Nougatcreme ^{28, m, n, n2, 42}	bunter Zucchini-salat ^{sen, sch, 2} oder Tomate in Scheiben
	651 kcal; 83 g KH	623 kcal; 49 g KH	651 kcal; 95 g KH	108 kcal; 7 g KH
Fr	Seelachsfilet Müllerin Art ^{g, 28, f, m, sen, 17, 19} in Senfsauce ^{g, g1, 28, m, sen, 12} und Dampfkartoffeln dazu Gurkensalat ^{sen} Karamellpudding ^{28, m}	Marinierte Hähnchenkeule an Salbeisauce mit Erbsengemüse und Dampfkartoffeln Karamellpudding ^{28, m}	frische Ofenkartoffel an Kräuterquark ^{28, m} dazu Gurkensalat ^{sen} Karamellpudding ^{28, m}	Wachsbohnen- alat ^{28, e, m, sen, 2, 4, 12} oder Tomate in Scheiben
	695 kcal; 64 g KH	710 kcal; 54 g KH	526 kcal; 71 g KH	73 kcal; 6 g KH
Sa	Westfälischer Sauerkrauteintopf mit Kasselerwürfel vom Schwein ^{1, 2} Fruchtjoghurt Mittag ^{28, m, 9, 10, 42}	Kürbis-lasagne ^{g, g1, 28, m, 12} Fruchtjoghurt Mittag ^{28, m, 9, 10, 42}	Spinat-medailon ^{g, g1, g2, 28, e, m} an Käsesauce ^{g, g1, 28, m, sch, 12} mit bunten Karotten und Kartoffelpüree ^{m, 2} Fruchtjoghurt Mittag ^{28, m, 9, 10, 42}	Rote Betesalat ⁵ oder Tomate in Scheiben
	206 kcal; 18 g KH	574 kcal; 80 g KH	531 kcal; 71 g KH	39 kcal; 7 g KH
So	Rinderroulade ^{g, e, so, m, se, sen, 1} in eigener Sauce ^{sen} Apfelrotkohl ^{sch, 2} und Kartoffelknödel Sahnepudding mit Erdbeersauce ^{28, m, 12}	Putensch-netztes mit Pfirsichen ^{g, g1, 28, m, 12} dazu Broccoligemüse und Reis Sahnepudding mit Erdbeersauce ^{28, m, 12}	vegetarisches Schnitzel "Toscana" ^{g, 28, e, m, 19, 26} an Gorgonzolasauce ^{g, g1, 28, m, 12} dazu Broccoligemüse und Reis Sahnepudding mit Erdbeersauce ^{28, m, 12}	bunter Reissalat ^{28, e, m, sen, 2, 5, 12} oder Tomate in Scheiben
	550 kcal; 69 g KH	557 kcal; 70 g KH	722 kcal; 91 g KH	156 kcal; 21 g KH

Allergene/Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff, (2) mit Antioxidationsmittel, (4) mit Süßungsmittel, (5) mit Süßungsmitteln, (9) mit Zuckerarten und Süßungsmitteln, (10) enthält eine Phenylalaninquelle, (12) mit Farbstoff, (17) mit Milchpulver, (19) mit Milcheiweiß, (26) genetisch verändert, (42) Thermisiert, ohne Kühlung haltbar (g) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse, (g1) Weizen und Weizenerzeugnisse, (g2) Dinkel und Dinkelerzeugnisse, (28) Laktose, (e) Eier und -erzeugnisse, (f) Fisch und -erzeugnisse, (so) Soja und -erzeugnisse, (m) Milch und -erzeugnisse, (n) Schalenfrüchte und -erzeugnisse, (n1) Mandeln und Mandelerzeugnisse, (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 !