

Seniorenheim am Pfaffenberg

Name:

Speiseplan vom: 29.12.2025 bis 04.01.2026

	Normalkost	X	Leichte Vollkost	X	Diabetikerkost	X	Bemerkung
Montag 1. 532 Kcal 2. 520 Kcal 3. 520 Kcal 29.12.2025	Weißkohleintopf mit Schweinefleisch Schokopudding ²⁰		Champirahmsuppe mit ^{12a,20} Schinkenwürfeln Schokopudding ²⁰		Champirahmsuppe mit ^{12a,20} Schinkenwürfeln Erdbeerpudding ^{20,9}		
Dienstag 1. 570 Kcal 2. 556 Kcal 3. 556 Kcal 30.12.2025	Vorsuppe ^{12a,20} Bratwurst mit Bayrischkraut und Kartoffelpüree ^{12,20}		Vorsuppe ^{12a,20} Kartoffelpuffer mit Apfelkompott		Vorsuppe ^{12a,20} Kartoffelpuffer mit Apfelkompott		
Mittwoch 1. 580 Kcal 2. 3. 565 Kcal 31.12.2025	Hackbraten mit Schwarzwurzeln ^{12a} und Kartoffeln Quarkspeise ²⁰		Silvester		-Bauernfrühstück- Kartoffelauflauf mit Ei und Schinken Diätquarkspeise ^{20,9}		
Donnerstag 1. 575 Kcal 2. 3. 588 Kcal 01.01.2026	Vorsuppe ^{12a,20} Kasselerbraten mit Grünkohl und Kartoffeln		Neujahr		Vorsuppe ^{12,20} Lachsfilet mit Broccoli dazu Hollandaise ^{12a,20} und Kartoffeln		

Freitag 1. 558 Kcal 2. 562 Kcal 3. 562 Kcal 02.01.2026	Bifteki mit Tzatziki ²⁰ und Krautsalat dazu Tomatenreis Rote Grütze		Kochfisch in Dillsoße mit Gemüsestreifen und Salzkartoffeln Rote Grütze		Kochfisch in Dillsoße mit Gemüsestreifen und Salzkartoffeln Gelbe Grütze ⁹		
Samstag 1. 485 Kcal 3. 540 Kcal 03.01.2026	Grießbrei ²⁰ mit Erdbeeren Obst				Grüne Bohneneintopf mit ^{12a} Rauchfleisch Obst		
Sonntag: 1. 585 Kcal 3. 570 Kcal 04.01.2026	Tafelspitz mit Meer- rettichsoße, Erbsen und Kartoffeln Kompott				Putenbraten mit Soße ^{12a} & Mischgemüse dazu Kartoffeln Diätkompott ⁹		
Zusatzstoffe:			Allergene:				
1. (bei Lebensmitteln mit mehr als 100g Zuckeraustauschstoffen pro kg bzw. Liter Lebensmittel) mit Konservierungsstoff (die namentliche Angabe des Konservierungsstoffes entfällt) 2. mit Farbstoff 3. mit Antioxidationsmittel 4. mit Geschmacksverstärker 5. geschwefelt 6. geschwärzt 7. gewachst 8. mit Phosphat 9. mit Süßungsmittel (die namentliche Angabe der Zuckeraustauschstoffe und Süßungsstoffe entfällt) 10. enthält eine Phenylalaninquelle (bei Zusatz von Aspartam) 11. kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken			12. Gluten /12a Weizen, 12b Roggen, 12c Hafer, 12d Gerste, 12 eDinkel, 12f Grünkern 13. Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse 14. Weichtiere / Mollusken 15. Fisch und daraus gewonnene Erzeugnisse 16. Schwefeldioxid und Sulfit (ab 10mg je L oder Kg) 17. Senf und daraus s gewonnene Erzeugnisse 18. Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse 19. Sojabohne und daraus gewonnene Erzeugnisse 20. Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse, einschließlich Lactose 21. Schalenfrüchte/21a. Mandeln/ 21b. Haselnüsse/ 21c. Wallnüsse 22. Erdnüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse 23. Lupinien und daraus gewonnene Erzeugnisse 24. Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse 25. Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse				

Änderungen vorbehalten

Guten Appetit!