



# Speiseplan

# sdn

vom 16.02. bis 22.02.2026

Tel.: (05921) 703 233

8. KW	Menue 1	Menue 2 (leichte Kost)
<b>Montag</b> 16.2.2026	Jägersgulasch (a,b,h,p,z10) Makkaroni (a,d,z10) Blattsalat (b,h) Mirabellenkompott (2)	Hähnchenschenkel (z10) Kartoffelpüree (2,b,h) Erbsen und Möhren Mirabellenkompott (2)
	<i>704 kcal, 20g Eiweiß, 27g Fett, 80g KH, 7 BE</i>	<i>560 kcal, 38g Eiweiß, 22g Fett, 56g KH, 3 BE</i>
<b>Dienstag</b> 17.2.2026	Königsberger Klopse (d,z10) Kapernsoße (3,12,a,b,h,j,p) Salzkartoffeln Bohngemüse Erdbeerquarkspeise (b,h,z10)	Rahm-Geschnetzeltes (b,h,z10) Reis (z10) Brokkoligemüse (z10) Erdbeerquarkspeise (b,h,z10)
	<i>637 kcal, 38g Eiweiß, 22g Fett, 73g KH, 4 BE</i>	<i>376 kcal, 15g Eiweiß, 11g Fett, 51g KH, 3 BE</i>
<b>Mittwoch</b> 18.2.2026	Sauerkrauteintopf (a,j,p,z10) Mettendchen Schokoladenpudding (b,h)	Gemüsesuppe (a,j,p,z10) Brötchen Schokoladenpudding (b,h)
	<i>584 kcal, 15g Eiweiß, 35g Fett, 48g KH, 4 BE</i>	<i>377 kcal, 13g Eiweiß, 4g Fett, 72g KH, 6 BE</i>
<b>Donnerstag</b> 19.2.2026	Hähnchenschnitzel "WienerArt" (a,p) Geflügelsoße (2,a,p) Reis Fingermöhren (a,j,p,z10) Pflaumenkompott	Nudelauf (1,2,16,b,h,j,z10) Tomatensoße Salatteller (b,h) Fruchtcocktail (12)
	<i>601 kcal, 32g Eiweiß, 15g Fett, 82g KH, 5 BE</i>	<i>643 kcal, 33g Eiweiß, 23g Fett, 70g KH, 5 BE</i>
<b>Freitag</b> 20.2.2026	Spiegeleier (d,z10) Röstkartoffeln Schles.Gurkenhappen (12,k) Fruchtgrütze mit Vanillesoße (b,h)	Seelachsfilet paniert (a,e,z10) Kräutersauce "Spreewälder Art" (a,b,h,j) Salzkartoffeln Balkangemüse (a,j,p) Fruchtgrütze mit Vanillesoße (b,h)
	<i>579 kcal, 15g Eiweiß, 22g Fett, 79g KH, 6 BE</i>	<i>655 kcal, 35g Eiweiß, 8g Fett, 107g KH, 5 BE</i>
<b>Samstag</b> 21.2.2026	Weißer Bohnensuppe mit Einlage (1,2,a,j,p,z10) Fruchtjoghurt (5,10,b,h)	Schnittbohneintopf (a,j,p,z10) Fruchtjoghurt (5,10,b,h)
	<i>571 kcal, 41g Eiweiß, 19g Fett, 61g KH, 5 BE</i>	<i>297 kcal, 14g Eiweiß, 15g Fett, 30g KH, 2 BE</i>
<b>Sonntag</b> 22.2.2026	Nackenbraten (k) Bratensoße (a,p) Salzkartoffeln (2) feines Gemüse (a,j,p,z10) Schokoladencreme (b,h)	Nackenbraten (k) Bratensoße (a,p) Salzkartoffeln (2) Romanesco (a,j,p) Schokoladencreme (b,h)
	<i>400 kcal, 17g Eiweiß, 18g Fett, 39g KH, 3 BE</i>	<i>348 kcal, 19g Eiweiß, 13g Fett, 36g KH, 3 BE</i>



Auf Wunsch bieten wir **passierte Kost** an.  
Änderungen vorbehalten

**sdn Nordhorn gGmbH**  
Küche Nordhorn  
Krokusstraße 2-4  
48527 Nordhorn  
Tel.: (05921) 703 233

**Ihr Küchenteam wünscht guten Appetit**

Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (3) mit Geschmacksverstärker; (4) mit Süßungsmittel; (5) mit Süßungsmitteln; (7) mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln; (10) enthält eine Phenylalaninquelle; (12) mit Farbstoff; (16) mit Phosphat; (20) mit Eiklar; (z10) das Produkt enthält keine Zusatzstoffe