



# Speiseplan

# sdn

vom 23.02. bis 01.03.2026

Tel.: (05921) 703 233

9. KW	Menue 1	Menue 2 (leichte Kost)
<b>Montag</b> 23.2.2026	Frische Bratwurst Kartoffelpüree (2,b,h) Erbsen (a,j,p) Fruchtcocktail (12)	Gemüsebratling (a,b,d,h,p) Käsesoße (a,b,h,p) Reis (z10) Blattsalat Fruchtcocktail (12)
	<i>585 kcal, 26g Eiweiß, 34g Fett, 47g KH, 4 BE</i>	<i>489 kcal, 13g Eiweiß, 11g Fett, 80g KH, 6 BE</i>
<b>Dienstag</b> 24.2.2026	Kotelett Jägersoße (a,b,h,p) Salzkartoffeln Chinakohlsalat (b,h) Mandarinen-Quarkspeise (b,h)	Putenbraten Geflügelsoße (2,a,p) Salzkartoffeln feines Gemüse (a,j,p,z10) Mandarinen-Quarkspeise (b,h)
	<i>852 kcal, 52g Eiweiß, 48g Fett, 49g KH, 4 BE</i>	<i>395 kcal, 42g Eiweiß, 9g Fett, 36g KH, 3 BE</i>
<b>Mittwoch</b> 25.2.2026	Erbsensuppe (1,2,a,j,p,z10) Mettendchen Vanillepudding (b,h)	Rindfleischsuppe (3,a,b,d,h,j,p,z10) Vanillepudding (b,h)
	<i>592 kcal, 32g Eiweiß, 26g Fett, 61g KH, 5 BE</i>	<i>457 kcal, 30g Eiweiß, 12g Fett, 62g KH, 5 BE</i>
<b>Donnerstag</b> 26.2.2026	Kohlroulade (a,k,z10) Bratensoße (a,p) Salzkartoffeln Fruchtjoghurt	Makkaroni (a,d,z10) mit Hackfleisch (a,p,z10) Gemischter Salat (b,h) Fruchtjoghurt
	<i>587 kcal, 27g Eiweiß, 20g Fett, 72g KH, 4 BE</i>	<i>682 kcal, 35g Eiweiß, 24g Fett, 70g KH, 6 BE</i>
<b>Freitag</b> 27.2.2026	Hühnerfrikassee (2,12,b,h,j,m,z10) Reis (z10) Bohnensalat (1,2,b,h,m,z10) Fruchtgrütze mit Vanillesoße (b,h)	Rührei (b,d,h,z10) Kräutersoße (b,h,z10) Salzkartoffeln Kaisergemüse (a,j,p) Fruchtgrütze mit Vanillesoße (b,h)
	<i>615 kcal, 38g Eiweiß, 20g Fett, 68g KH, 5 BE</i>	<i>566 kcal, 27g Eiweiß, 22g Fett, 67g KH, 5 BE</i>
<b>Samstag</b> 28.2.2026	Grünkohleintopf (2,j) Mettendchen Schokoladenflammeri (b,h)	Steckrübeneintopf (a,j,p,z10) Rindfleischwürfel Schokoladenflammeri (b,h)
	<i>674 kcal, 27g Eiweiß, 45g Fett, 39g KH, 3 BE</i>	<i>262 kcal, 15g Eiweiß, 7g Fett, 34g KH, 3 BE</i>
<b>Sonntag</b> 1.3.2026	Spießbraten (a,p) Bratensoße (a,p) Salzkartoffeln Rotkohl (2,a,j,m,p,z10) Bountydessert (b,h)	Spießbraten (a,p) Bratensoße (a,p) Kartoffelpüree (2,b,h) Blumenkohl (a,j,p) Bountydessert (b,h)
	<i>495 kcal, 12g Eiweiß, 7g Fett, 96g KH, 8 BE</i>	<i>421 kcal, 11g Eiweiß, 5g Fett, 83g KH, 7 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; (7) mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln; (10) enthält eine Phenylalaninquelle; (12) mit Farbstoff; (z10) das Produkt enthält keine Zusatzstoffe  
Allergene: (a) Glutenhaltige Getreide -und erzeugnisse; (b) Laktose; (d) Eier und -erzeugnisse; (g)