



Speiseplan

vom 02.03.2026 bis 08.03.2026

sdn

Tel.: (05921) 703 233

Name, Vorname: _____

10. KW	Menü 1 (EaR)	Menü 2 (EaR)
Montag 02.03.2026	Hähnchenbrustfilet ^{A, A1} Geflügelsoße ^{A, A1, 2} Reis <input type="checkbox"/> Erbsen und Möhren ^{B, I} Erdbeerquark ^{B, I} <hr/> 633 kcal; 14 g Fett; 81 g KH; 43 g Eiweiß	Rostbratwurst Currysoße ^{4e} Kartoffelpüree ^{B, I} <input type="checkbox"/> Blattsalat mit Sahnedressing ^{B, I} Erdbeerquark ^{B, I} <hr/> 812 kcal; 41 g Fett; 62 g KH; 32 g Eiweiß
Dienstag 03.03.2026	Bauernkotelett Bratensoße ^{A, A1} Salzkartoffeln <input type="checkbox"/> Schwarzwurzeln ^{A, A1, B, I, J, 3} Aprikosenkompott <hr/> 659 kcal; 37 g Fett; 48 g KH; 31 g Eiweiß	Hackbraten ^D Bratensoße ^{A, A1} Salzkartoffeln <input type="checkbox"/> Rahmkohlrabi ^{A, A1, B, I, J, 3} Aprikosenkompott <hr/> 582 kcal; 25 g Fett; 51 g KH; 38 g Eiweiß
Mittwoch 04.03.2026	Holländischer Möhreintopf ^{A, A1, J, 3} Apfelmus ² Schokoladenflammeri ^{B, I} <input type="checkbox"/> <hr/> 603 kcal; 18 g Fett; 71 g KH; 36 g Eiweiß	Grafschafter Hochzeitssuppe ^{A, A1, B, D, I, J, 3} Brötchen ^{A, A1} Schokoladenflammeri ^{B, I} <input type="checkbox"/> <hr/> 754 kcal; 12 g Fett; 125 g KH; 33 g Eiweiß
Donnerstag 05.03.2026	Schnitzel ^{A, A1} Jägersoße ^{A, A1, B, I} Kartoffelsalat ^{A, A1, B, I, 1, 2, 3, 4, 11} <input type="checkbox"/> Sahnepudding ^{B, I} <hr/> 747 kcal; 37 g Fett; 69 g KH; 31 g Eiweiß	Rinderbraten ^K Bratensoße ^{A, A1} Salzkartoffeln <input type="checkbox"/> Leipziger Allerlei ^{A, A1, J, 3} Sahnepudding ^{B, I} <hr/> 498 kcal; 22 g Fett; 47 g KH; 27 g Eiweiß
Freitag 06.03.2026	Seelachsfilet paniert ^{A, A1, E} Zitronenbuttersoße ^{A, A1, B, I} Kartoffelpüree ^{B, I} <input type="checkbox"/> Möhrenrohkostsalat ² Rote Grütze mit Vanillesoße ^{B, D, I} <hr/> 719 kcal; 19 g Fett; 103 g KH; 28 g Eiweiß	Gekochtes Ei ^D Senfsoße ^{A, A1, J, K, 3, 7} Salzkartoffeln <input type="checkbox"/> Rahmspinat ^{A, A1, B, I, 7} Rote Grütze mit Vanillesoße ^{B, D, I} <hr/> 626 kcal; 31 g Fett; 61 g KH; 24 g Eiweiß
Samstag 07.03.2026	Graupensuppe mit Einlage ^{A, A1, A5, J, 3} Erdbeerpudding ^{B, I, 7} <input type="checkbox"/> <hr/> 415 kcal; 23 g Fett; 42 g KH; 9 g Eiweiß	Frühlingsuppe ^{A, A1, B, D, I, J, 3} Erdbeerpudding ^{B, I, 7} <input type="checkbox"/> <hr/> 798 kcal; 45 g Fett; 50 g KH; 47 g Eiweiß
Sonntag 08.03.2026	Rindergulasch ^{A, A1} Spätzle ^{A, A1, D} Rotkohl ^{B, I} <input type="checkbox"/> Rotweincreme ^{P, B, I, M, 2} <hr/> 828 kcal; 31 g Fett; 100 g KH; 25 g Eiweiß	Rindergulasch ^{A, A1} Salzkartoffeln Erbsen und Möhren ^{B, I} <input type="checkbox"/> Rotweincreme ^{P, B, I, M, 2} <hr/> 699 kcal; 28 g Fett; 76 g KH; 23 g Eiweiß

(P) unter Verwendung von Alkohol, (A) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse, (A1) Weizen und Weizenerzeugnisse, (A5) Gerste und Gersteerzeugnisse, (B) Laktose, (D) Eier und -erzeugnisse, (E) Fisch und -erzeugnisse, (I) Milch und -erzeugnisse, (J) Sellerie und -erzeugnisse, (K) Senf und -erzeugnisse, (M) Schwefeldioxid und Sulfide in einer Konzentration von mehr als 10mg/kg oder 10/mg/l, als SO2 angegeben (1) mit Konservierungsstoff, (2) mit Antioxidationsmittel, (3) mit Geschmacksverstärker, (4) mit Süßungsmittel, (4e) mit Zuckerarten und Süßungsmitteln, (7) mit Farbstoff, (11) mit Phosphat

Auf Wunsch bieten wir passierte Kost an.

Änderungen vorbehalten.

Ihr Küchenteam wünscht guten Appetit.

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