

## **SPEISEPLAN** vom 12. bis 16. Januar 2026

### **Montag, 12. Januar**

Nudeln<sup>1(Weizen)</sup> mit Tomaten-Basilikum-Rahm<sup>4</sup> und Käse<sup>4</sup>

Vesper: Buttermilchbrot<sup>1(Weizen, Roggen)</sup> mit Fruchtaufstrich

### **Dienstag, 13. Januar**

Italienischer Linseneintopf, Roggenvollkornbrot<sup>1(Weizen, Roggen)</sup>, Obst

Vesper: Pflaumen-Quarkspeise<sup>4</sup> mit Filinchen<sup>1(Weizen)</sup>

### **Mittwoch, 14. Januar**

Seelachsfilet<sup>1(Weizen),3</sup> mit Kohlrabi-Rahm-Gemüse<sup>4</sup> und Kartoffelstampf<sup>4</sup>

Vesper: Butterknäkebrot<sup>1(Weizen),4</sup> mit Käse<sup>4</sup> und grüner Gurke

### **Donnerstag, 15. Januar**

Überbackene Wirsing-Spätzle<sup>1(Weizen),4</sup>, Schokoladenpudding<sup>4</sup>

Vesper: Vollkornmischbrot<sup>1(Weizen, Roggen)</sup> mit Schnittlauchcreme<sup>4</sup>

### **Freitag, 16. Januar**

Spinat<sup>4</sup> mit Kartoffeln und Rührei<sup>2</sup>, Obst

Vesper: Hausgemachter Zitronenkuchen<sup>1(Weizen),2,4</sup>

**Änderungen je nach Angebot vorbehalten**

enthält: 1 Glutenhaltiges Getreide (Weizen oder Roggen), 2 Ei, 3 Fisch, 4 Milch/Butter/Sahne, 5 Soja, 6 Sellerie, 7 Senf,

8 Krebstiere, 9 Erdnüsse, 10 Schalenfrüchte (Nüsse mit harten Schalen), 101 kann Spuren von Nüssen enthalten

