



Wochenspeiseplan Essen Zuhause

02.03-08.03.2026

Datum

Name _____



	Suppe	Menü 1	Menü 2	Salat/Dessert/Kuchen	Abendessen
Montag	☐ Gemüsecremesuppe (A,G,F,I)	☐ Schinkennudeln (0,1,2,8,A,C) mit Tomaten-Sahnesoße (A,G,F,I)	☐ Apfelkühle(A,C,G) mit Zimt, Zucker* und Vanillie Soße (G,A)	☐ Griechischer Salat (6,G)	Auswahl aus ☐ Wurst (0,1,2,8) ☐ Käse (G,I)
Dienstag	☐ Apfel-Curry-Suppe (A,G,F,I,J)	☐ Chili con Carne (G,F,1,A) mit Paprikareis	☐ Gemüsenudeln mit Mozzarella überbacken und Pesto(A,C,G,F,I)	☐ Kraut-Möhren Salat (C,G,J,1,2,6) ☐ Rührkuchen mit Obst (A,C,G,H,1,2)*	Auswahl aus ☐ Wurst (0,1,2,8) ☐ Käse (G,I)
Mittwoch	☐ Zucchini cremesuppe (A,C,G,F,I)	☐ Königsberger Klopse (A,C,F) in Kapernsoße (A,G,F,I) und Kartoffelpüree (G)	☐ Erbseneintopf mit Hokkaido Kürbis(J,1,F,A)	☐ gemischter Salat (6)	Auswahl aus ☐ Wurst (0,1,2,8) ☐ Käse (G,I)
Donnerstag	☐ Rinderbrühe mit Rindfleisch und Nudeln (A,G,C,F,I)	☐ Hackbraten(G,A,C,I) mit Kümmelrahmsauce(G,C) und Salzkartoffeln	☐ Gnocchi mit Kirschtomaten, Paprika und gebratener Zucchini (A,G) mit Käsesoße (A,C,G)	☐ Endiviensalat mit Kartoffel Dressing (G,J,6)*	Auswahl aus ☐ Wurst (0,1,2,8) ☐ Käse (G,I)
Freitag	☐ Hühnersuppe mit Nudeln und Gemüse (A,C,G,F,I)	☐ paniertes Seelachsfilet (A,C,D) mit Kartoffelsalat (J,I,F) und Remoulade (J,C,G,0,1,2)	☐ Waldpilz-Ragout (0,1,2,8,A,G,F,I) mit Semmelknödelschnitten (A,C,G,F)	☐ Tomatensalat (6)	Auswahl aus ☐ Wurst (0,1,2,8) ☐ Käse (G,I)
Samstag	☐ Kräutercreme Suppe (A,CG,F,I)	☐ Blumenkohlentopf (A,G,F,I) mit Wienerle (0,1,2,8)	☐ Kartoffelpuffer mit Apfelmus (A,,G,C)	☐ Sahnequark mit Heidelbeeren (A,0,G,2)* ☐ Kirschkuchen (G,A,C)	Auswahl aus ☐ Wurst (0,1,2,8) ☐ Käse (G,0,6)
Sonntag	☐ Leberknödel Suppe (A,C,G,F,I)	☐ Gekochtes Rindfleisch in Meerrettichsoße (A,G,F,I,0,2,6) mit Kloß (A,G,F,1,2) und Karottengemüse (A,G,F,I)	☐ Gekochtes Rindfleisch in Meerrettichsoße (A,G,F,I,0,2,6) mit Spätzle (A,C) und Karottengemüse (A,G,F,I)	☐ Vanillepudding (A,C,G,9)*	Auswahl aus ☐ Wurst (0,1,2,8) ☐ Käse (G,I)