



Wochenspeiseplan Essen Zuhause

16.11.-22.11.2026

Datum

Name _____



	Suppe	Menü 1	Menü 2	Salat/Dessert/Kuchen	Abendessen
Montag	☐ Gulaschsuppe (A,I,4)	☐ Züricher Geschnetzeltes(A,G,J,4)) mit Rösti Ecken (0,1)	☐ Grießbrei (A,G*) mit Apfel-Blaubeerkompott (G,A,)*	☐ Eisbergsalat mit Joghurtdressing (J,I,G)	Auswahl aus ☐ Wurst (0,1,2,8) ☐ Käse (G,J)
Dienstag	☐ Maiscremesuppe (A,G,I,4)	☐ Blaue Zipfel mit Kartoffelpüree (A,G,J,I,0,1,2,8)	☐ Nudel-Kürbis-Auflauf (A,C,G,I,4)	☐ gemischter Salat (j,I,) ☐ Käsekuchen (A,G,C,0,1,H)*)	Auswahl aus ☐ Wurst (0,1,2,8) ☐ Käse (G,J)
Mittwoch	☐ Kartoffelsuppe (A,G,I,4)	☐ Schweine Schnitzel "paniert" und Kartoffelsalat mit Mayonnaise (A,G,C,I,0,1,4,8)	☐ Erbsen-Karotten- Blumenkohlentopf (A,G,I,4)	☐ Rote Bete Salat (J,I)	Auswahl aus ☐ Wurst (0,1,2,8) ☐ Käse (G,J)
Donnerstag	☐ Karotten Cremesuppe (A,G,I,4)	☐ Putensteifen mit Asia Gemüse, Süß Sauer Soße und Reis (A,G,F,I,K,0,1,4)	☐ Tortellini mit Frühlingslauch und gebratenen Pilzen (A,G,C)	☐ Spitzkohlsalat mit Sauerrahm- Dressing(G,I,J)	Auswahl aus p ☐ Wurst (0,1,2,8) ☐ Käse (G,J)
Freitag	☐ Brühe mit Gemüsestreifen (A,G,I,4)	☐ Matjes Hering „Hausfrauen Art“ mit Salzkartoffel (G,D,0,1,2,4)	☐ Rührei mit Rahmspinat und Salzkartoffeln (G,C,A,4)	☐ Obstsalat (*)	Auswahl aus ☐ Wurst (0,1,2,8) ☐ Käse (G,J)
Samstag	☐ Zucchini cremesuppe (A,G,F,I)	☐ Italienische Lasagne mit Bechamel (A,C,F,G,I,4)	☐ Gemüselasagne mit Tomatensoße (A,C,F,G,I,4)	☐ Radicchio Salat (J,I) ☐ Schokolikörkuchen (A,C,G)	Auswahl aus ☐ Wurst 0,1,2,8) ☐ Käse (G,J)
Sonntag	☐ Klare Brühe mit Eierstich (A,C,G,4,I)	☐ Rinderrahmbraten mit Soße mit Kloß und Rosenkohl (A,G,1,3,4)	☐ Rinderrahmbraten mit Soße mit Breite Nudeln und Rosenkohl (A,G,1,3,4)	☐ Weißes Schokoladen Mousse (G,0,1)*	Auswahl aus ☐ Wurst (0,1,2,8) ☐ Käse (G,J)