



Wochenspeiseplan Essen Zuhause

12.10.-18.10.2026

Datum

Name _____



	Suppe	Menü 1	Menü 2	Salat/Dessert/Kuchen	Abendessen
Montag	☐ Spinatcremesuppe (A,G,I,4)	☐ Hähnchenschenkel mit Erbsenrahmgemüse (A,G,4,I) und Röstkartoffeln	☐ Topfenknödel mit Marillen Füllung (A,C,G)* und Karamellsoße (G,H,A,0)*	☐ Blumenkohlsalat (J,I)	Auswahl aus ☐ Wurst (0,1,2,8) ☐ Käse (G,I)
Dienstag	☐ Karottencremesuppe (A,G,I,4)	☐ Gefüllte Paprika (A,G,C) in Soße (A,G,4,I) mit Reis	☐ Ratatouille (A,4,I) mit Reis	☐ Blattsalat mit Balsamico Dressing (J,L) ☐ Gugelhupf mit Schokostückchen (A,C,G,0)*	Auswahl aus ☐ Wurst (0,1,2,8) ☐ Käse (G,I)
Mittwoch	☐ Nudelsuppe mit Gemüseeinlage (A,G,C,4,I)	☐ Kassler (I0,1,2,8,I) mit Zwiebelsoße (G,J,I,4,A) und Kartoffelpüree (G)	☐ Ofenkartoffel mit Schnittlauch- Frischkäse (G)	☐ Gurkensalat (J,L)	Auswahl aus ☐ Wurst (0,1,2,8) ☐ Käse (G,I)
Donnerstag	☐ Kräutercremesuppe (A,G,I,4)	☐ Schweineschnitzel „Natur“ in Pilz Rahm(A,G,4,I) mit Nudeln(A,C)	☐ Linseneintopf mit Schmorgemüse (A,I,G,4)	☐ Sellerie-Apfelsalat (J,I,4)	Auswahl aus ☐ Wurst (0,1,2,8) ☐ Käse (G,I)
Freitag	☐ Blumenkohl Cremesuppe (A,G,I,4)	☐ Fischstäbchen (D,G,C,A,) mit Rahmspinat (G,4,A) und Salzkartoffeln	☐ Reisauflauf (G,C)* mit Aprikosen (A,G,C,1)* und Vanillesoße (G,0)*	☐ Gemischter Salat mit Honig-Senf Dressing (J,I)	Auswahl aus ☐ Wurst (0,1,2,8) ☐ Käse (G,I)
Samstag	☐ Waldpilzcremesuppe (A,G,I,4)	☐ Schaschlik-Topf (A,G,I,4) mit Kartoffeln ,Zwiebeln, Paprika und Schweinebauch (0,1,2,8I)	☐ Käsespätzle (C,G,A) mit Schmorzwiebeln (G)	☐ Schokoladenpudding (A,G,0)* ☐ Rührkuchen mit Blaubeeren (A,C,G,F,H,0)*	Auswahl aus ☐ Wurst (0,1,2,8) ☐ Käse (G,I)
Sonntag	☐ Flädlesuppe (A,C,G,4,I)	☐ Schäufole (A,G,I,4I) mit Soße, Kloß (A,G,1,3) und Sauerkraut (A,0,1,2,4,8,I,)	☐ Schäufole (A,F,I) mit Soße, Salzkartoffeln und Sauerkraut (A,0,1,2,4,8,I,)	☐ Waldbeeren Quark (G)*	Auswahl aus ☐ Wurst (0,1,2,8) ☐ Käse (G,I)