



Wochenspeiseplan Essen Zuhause

22.12.-27.12.2026

Datum

Name _____



	Suppe	Menü 1	Menü 2	Salat/Dessert/Kuchen	Abendessen
Montag	☐ Gemüsecremesuppe (A,G,4,I)	☐ Schinkennudeln mit Tomaten-Sahnesoße (0,1,8,A,G,C)	☐ Apfelküchle mit Zimt, Zucker und Vanillie Soße (C,G,A,H)*	☐ Griechischer Salat (J,I,G)	Auswahl aus ☐ Wurst (0,1,2,8) ☐ Käse (G,I)
Dienstag	☐ Apfel-Curry-Suppe (A,G,4,I)	☐ Chili con Carne (mild Gewürzt) mit Paprikareis (G,F,1,A)	☐ Gemüsenudeln mit Mozzarella überbacken und Pesto(A,C,G,F,I)	☐ Kraut-Möhren Salat (G,J,I) ☐ Rührkuchen mit Obst (A,G,C,)*	Auswahl aus ☐ Wurst (0,1,2,8) ☐ Käse (G,I)
Mittwoch	☐ Zucchini cremesuppe (A,G,4,I)	☐ Hackbraten mit Rahmsauce und Salzkartoffeln (G,A,C,I)	☐ Kartoffelpuffer mit Apfelmus (C,1,3,0)	☐ gemischter Salat (J,I)	Auswahl aus ☐ Wurst (0,1,2,8) ☐ Käse (G,I)
Donnerstag Heilig Abend	☐ Rinderbrühe mit Rindfleisch (A,G,C,4,I)	☐ Bratwürste mit Sauerkraut und Salzkartoffeln (0,1,2,8,A,G)	☐ Gebackener Camembert mit Preiselbeeren* und Kartoffelsalat (A,C,G,J,I,0)	☐ Mandelpudding (A,G,H,0)*	Auswahl aus ☐ Wurst (0,1,2,8) ☐ Käse (G,I)
Freitag 1.Weihnachtsfeiertag	☐ Hühnersuppe mit Nudeln und Gemüse (A,G,4,I)	☐ Entenkeule mit Apfelrotkohl und Kartoffelpüree (A,I,J,G)	☐ Pfifferlings-Waldpilz-Ragout mit gebratenen Semmelschnitten (A,G,F,I,4)	☐ Lebkuchen Tiramisu (A,C,G)*	Auswahl aus ☐ Wurst (0,1,2,8) ☐ Käse (G,I)
Samstag 2.Weihnachtsfeiertag	☐ Marone Cremesuppe (A,G,4,I)	☐ Rinder Roulade mit Schwarzwurzeln und Klob (A,C,G,1,4,8)	☐ Zwetschgenstrudel mit Zimt Zucker Vanillesoße (A,C,G,6)*	☐ Selleriesalat ☐ Apfel-Streuselkuchen (G,A,C,1)*	Auswahl aus ☐ Wurst (0,1,2,8) ☐ Käse (G,0,6)
Sonntag	☐ Flädle Suppe (A,C,G,4,I)	☐ Rehragout mit Pilzen, Preiselbeeren, Rosenkohl und Semmelknödel (A,C,G,1,4,8)	☐ Topfenknödel mit Nougat gefüllt und Gewürzkirschenkompott (A,C,G,6)*	☐ Rote Waldbeerengrütze mit Vanillesoße (A,G,H,0)*	Auswahl aus ☐ Wurst (0,1,2,8) ☐ Käse (G,I)