



Wochenspeiseplan Essen Zuhause

16.03.-23.03.2026

Datum

Name _____



	Suppe	Menü 1	Menü 2	Salat/Dessert/Kuchen	Abendessen
Montag	☐ Gulaschsuppe (A,F,I)	☐ Züricher Geschnetzeltes(A,G) mit Rösti Ecken	☐ Grießbrei (A,G) mit Fruchtkompott (G,A,C)	☐ Eisbergsalat mit Joghurtdressing (6,G)	Auswahl aus ☐ Wurst (0,1,2,8) ☐ Käse (G,J)
Dienstag	☐ Maiscremesuppe (A,C,G,F,I)	☐ Wurstgulasch „Ungarische Art“(A,J,G) mit Penne (A)	☐ Nudel-Brokkoli-Auflauf (A,F,G,I,0,1,2,8)	☐ gemischter Salat (6) ☐ Käsekuchen (G,A,C)	Auswahl aus ☐ Wurst (0,1,2,8) ☐ Käse (G,J)
Mittwoch	☐ Kartoffel-Lauchsuppe (A,G,F,I)	☐ Schweine Schnitzel “paniert” (A,C) und Kartoffelsalat mit Mayonnaise (A,G,F,I,0,1,2,8)	☐ Erbsen-Karotten-Blumenkohlentopf (1,F,G)	☐ Rote Bete Salat (6)	Auswahl aus ☐ Wurst (0,1,2,8) ☐ Käse (G,J)
Donnerstag	☐ Kürbiscrcmesuppe (A,G,F,I)	☐ Putensteak (1,2,4,8) mit Röstzwiebeln (A,G), Schupfnudeln, und Kräuterdip (G)	☐ Tortellini mit Spinat und Gebratenen Pilzen (G,A,,C)	☐ Spitzkohl-Kürbissalat (6) mit Sauerrahm-Dressing(G,I,J)	Auswahl aus p ☐ Wurst (0,1,2,8) ☐ Käse (G,J)
Freitag	☐ Brühe mit Gemüsestreifen (A,F,I)	☐ Buntbarschfilet (D) mit Senfsoße (A,G,F,I,J) und Salzkartoffeln	☐ Apfelkühle (A,G,C) mit Zimt und Zucker* und Vanillesoße (A,C,G,)	☐ Feldsalat Salat (6)	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)	☐ Gemüselasagne mit Tomatensoße (A,C,F,G,I)	☐ Radicchio Salat (6) ☐ Schokolikörkuchen (C,A)	Auswahl aus ☐ Wurst 0,1,2,8) ☐ Käse (G,J)
Sonntag	☐ Klare Brühe mit Eierstich (A,C,G,F,I)	☐ Rinderrahmbraten mit Soße (A,F,I,G) mit Kloß (A,G,F,1,2) und Rosenkohl (G)	☐ Rinderrahmbraten mit Soße (A,F,I,G) mit Breite Nudeln (A,C) und Rosenkohl (G)	☐ Weißes Schokoladen Mousse (G)*	Auswahl aus ☐ Wurst (0,1,2,8) ☐ Käse (G,J)