



Speisenplan 08.12.2025 - 14.12.2025



Küche Cottbus Feldstraße

Nur für interne Zwecke! Dieser Plan ist nicht zum Aushang geeignet!

	Montag 08.12.2025	Dienstag 09.12.2025	Mittwoch 10.12.2025	Donnerstag 11.12.2025	Freitag 12.12.2025	Samstag 13.12.2025	Sonntag 14.12.2025
Menü 1 - Vollkost	Schweinegulasch	Hühnerfrikassee 1/a/a1/j	Soljanka 3/l/j	Kräuterquark g/l	Krautpfanne a/a1	Linsenseintopf 5/a/a1/l	gebratene
	Möhrengemüse 1/a/a1	mit Spargel 1/a/a1/j	mit Jagdwurstwürfel 2/3/8/l/j	mit Leinöl g/l	mit Chinakohl, a/a1	mit Knackwurst 2/3/4	Hähnchenschenkel
	Salzkartoffeln 5/l	Butterreis g	und saurer Sahne g	Salzkartoffeln 5/l	Weißkohl und a/a1	Mischbrot a/a1/a2	Geflügelsoße 1/a/a1/l
			Toastbrot a/a1		Schweinehackfleisch a/a1		Apfelrotkohl mit Speck 11
					Kräuterpüree g/l		Salzkartoffeln 5/l
Menü 2 - leichte Vollkost	Aprikosenpudding 1/g	Apfelmus 3	Minzmouse c/g	Pfirsich- g	Birne g	Milchschokopudding g	Rhabarberkompott g
			"Berliner Luft" c/g	Maracuja-Joghurt g			
	496 kcal 2086 kJ 17 g F 7 g ges. FS 22 g EW 63 g KH 15,9 g Zucker 5,8 g Salz	494 kcal 2078 kJ 14 g F 7 g ges. FS 28 g EW 64 g KH 17,6 g Zucker 4,2 g Salz	339 kcal 1413 kJ 22 g F 8,1 g ges. FS 13 g EW 21 g KH 9 g Zucker 3,4 g Salz	376 kcal 1586 kJ 2 g F 0,6 g ges. FS 26 g EW 62 g KH 24 g Zucker 2,4 g Salz	601 kcal 2516 kJ 29 g F 11,3 g ges. FS 21 g EW 62 g KH 18,6 g Zucker 4,8 g Salz	702 kcal 2957 kJ 14 g F 8,3 g ges. FS 41 g EW 94 g KH 22,1 g Zucker 4,4 g Salz	607 kcal 2547 kJ 21 g F 3,3 g ges. FS 30 g EW 68 g KH 22,7 g Zucker 10,2 g Salz
	Kartoffelsuppe 2/3/8/l/j	Kartoffelpuffer 5/8/a/a1/c/l	Berliner 1/3/a/a1/l/g/l	Geflügel- a/a1/c	Fischfrikadelle a/a1/d	Kohlrabi- 1/5/l	Rinderrouladengulasch a/a1/j
	mit Jagdwurstwürfel 2/3/8/l/j	mit Zucker	Sauerkrauttopf	kräuterbällchen a/a1/c	Dillsoße 1/a/a1/g/j	Möhren-Eintopf 1/5/l	mit Bohnen a/a1
Menü 2 - leichte Vollkost	Mischbrot a/a1/a2		Meerrettichsoße 1/3/a/a1/l/g/l	Tomaten- a/a1	Gurkensalat g	Schweinefleisch g	Salzkartoffeln 5/l
			Wickelklöße a/a1/c/g	Gemüse-Soße a/a1	mit saurer Sahne g	Mischbrot a/a1/a2	
				Butterreis	Petersilienkartoffeln 5/l		
	Aprikosenpudding 1/g	Apfelmus 3	Minzmouse c/g	Pfirsich- g	Birne g	Milchschokopudding g	Rhabarberkompott g
			"Berliner Luft" c/g	Maracuja-Joghurt g			
Menü 2 - leichte Vollkost	396 kcal 1658 kJ 14 g F 4,1 g ges. FS 14 g EW 52 g KH 12,2 g Zucker 3,2 g Salz	399 kcal 1684 kJ 2 g F 0,8 g ges. FS 10 g EW 81 g KH 27,1 g Zucker 0,7 g Salz	744 kcal 3125 kJ 27 g F 10,4 g ges. FS 42 g EW 79 g KH 12,4 g Zucker 6,3 g Salz	612 kcal 2566 kJ 27 g F 7,2 g ges. FS 21 g EW 69 g KH 18,3 g Zucker 5,5 g Salz	593 kcal 2486 kJ 23 g F 5,3 g ges. FS 18 g EW 78 g KH 19,5 g Zucker 8,1 g Salz	402 kcal 1689 kJ 14 g F 5,5 g ges. FS 19 g EW 46 g KH 19,8 g Zucker 3,5 g Salz	552 kcal 2314 kJ 16 g F 6,6 g ges. FS 29 g EW 69 g KH 19 g Zucker 5,8 g Salz