



Speisenplan 05.01.2026 - 11.01.2026



Küche Cottbus Feldstraße

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

	Montag 05.01.2026	Dienstag 06.01.2026	Mittwoch 07.01.2026	Donnerstag 08.01.2026	Freitag 09.01.2026	Samstag 10.01.2026	Sonntag 11.01.2026
Menü 1 - Vollkost	Pichelsteiner Eintopf mit Schweinefleisch Mischbrot Himbeerpudding	Pökelkamm Fleischbrühe Sauerkraut Salzkartoffeln Apfelmus	Gelbe-Erbсен-Eintopf mit Kasselerfleisch Erdbeer- Rhabarber-Joghurt	Schaschlikragout vom Schwein mit Paprika, Zwiebel, Gewürzgurke Salzkartoffeln Waldfruchtpudding	Schollenfilet in Eihülle Gemüse-Dill-Soße Steckrüben- Kartoffel-Stampf Götterspeise "Kirsch" mit Vanillasoße	Wirsingkohleintopf mit Schweinefleisch Milchreis mit Apfeloße	Rindergulasch mit Waldpilzen Apfelrotkohl Salzkartoffeln Pfirsichkompott
	1/5/a/a1 /l/l		5/a/a1/l /l	2/9/a/a1	a/a1/c/d	1/5/a/a1 /l	a/a1
			2/3	2/9/a/a1	1/a/a1/g /l		a/a1
	a/a1/a2			2/9/a/a1	1/3/j		11
		5/l		2/9/a/a1	1/3/j		5/l
Menü 2 - leichte Vollkost	gemischter Gulasch vom Rind und Schwein Makkaroni Himbeerpudding	Milchreis Zucker und Zimt Apfelmus	Klare Hühnerbrühe mit Gemüsestreifen (Sellerie, Möhre, Lauch) Nudeln und Eierstich Mischbrot Erdbeer- Rhabarber-Joghurt	Blumenkohlgemüse Holländische Soße Salzkartoffeln Waldfruchtpudding	Jägerschnitzel Tomatensoße Spirelli Götterspeise "Kirsch" mit Vanillasoße	Gemüseintopf (Erbse, Möhre, Sellerie) mit Rindfleisch Mischbrot Milchreis mit Apfeloße	Malzbierbraten vom Schwein Bratensoße Mischgemüse Salzkartoffeln Pfirsichkompott
	a/a1/l			1/a/a1	2/3/B/a/ a1/c/g/l	1/5/a/a1 /l	a/a3/j
	a/a1/l			1/c/g/j	1/a/a1	1/5/a/a1 /l	a/a3/j
	a/a1/j		a/a1/c	5/l	a/a1		a/a1/j
	a/a1/c		c/g			a/a1/a2	5/l
		3	9/11/g	5	5	3	9/10/11
	434 kcal 1824 kJ 16 g F 6,7 g ges. FS 20 g EW 49 g KH 18,7 g Zucker 4,5 g Salz	458 kcal 1929 kJ 12 g F 4,7 g ges. FS 23 g EW 60 g KH 22,3 g Zucker 5,3 g Salz	497 kcal 2090 kJ 11 g F 4,7 g ges. FS 34 g EW 59 g KH 11,3 g Zucker 3,1 g Salz	604 kcal 2564 kJ 24 g F 10,8 g ges. FS 25 g EW 70 g KH 17,3 g Zucker 1,9 g Salz	743 kcal 3108 kJ 32 g F 13,4 g ges. FS 34 g EW 75 g KH 36,3 g Zucker 1,2 g Salz	498 kcal 2085 kJ 21 g F 9,9 g ges. FS 19 g EW 54 g KH 12,8 g Zucker 3,7 g Salz	441 kcal 1856 kJ 7 g F 3,1 g ges. FS 25 g EW 65 g KH 23,1 g Zucker 2,7 g Salz
	673 kcal 2841 kJ 19 g F 7,5 g ges. FS 33 g EW 91 g KH 15,2 g Zucker 4,5 g Salz	487 kcal 2060 kJ 6 g F 3,6 g ges. FS 18 g EW 89 g KH 53 g Zucker 1,7 g Salz	360 kcal 1518 kJ 9 g F 3,4 g ges. FS 25 g EW 42 g KH 11,8 g Zucker 3,7 g Salz	787 kcal 3316 kJ 41 g F 26,1 g ges. FS 14 g EW 86 g KH 21,3 g Zucker 9 g Salz	1116 kcal 4695 kJ 32 g F 7 g ges. FS 45 g EW 155 g KH 52,1 g Zucker 6,9 g Salz	499 kcal 2091 kJ 17 g F 6,8 g ges. FS 22 g EW 63 g KH 13,6 g Zucker 4,7 g Salz	525 kcal 2205 kJ 14 g F 5,5 g ges. FS 30 g EW 67 g KH 24,9 g Zucker 5,4 g Salz