



Speisenplan 09.03.2026 - 15.03.2026



Küche Cottbus Feldstraße

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

	Montag 09.03.2026	Dienstag 10.03.2026	Mittwoch 11.03.2026	Donnerstag 12.03.2026	Freitag 13.03.2026	Samstag 14.03.2026	Sonntag 15.03.2026
Menü 1 - Vollkost	Pichelsteiner Eintopf mit Schweinefleisch Himbeerpudding	Wellfleisch mit Brühe Möhrensauerkraut Salzkartoffeln Apfelmus	Gelbe-Erbesen-Eintopf mit Kasselerfleisch Erdbeer- Rhabarber-Joghurt	Schaschlikragout vom Schwein mit Zwiebel,, Paprika und Gewürzgurke Salzkartoffeln Waldfruchtpudding	Schollenfilet in Eihülle Dillsoße Salzkartoffeln gedünsteter Spitzkohl  Wackelpudding "Kirsch" mit Vanillasoße	Soljanka mit Jagdwurst, Letscho und saure Sahne Tostbrot Milchreis mit Apfelsoße	Rindergulasch mit Waldpilzen Apfelrotkohl Salzkartoffeln Pflaumenkompott
	384 kcal 1612 kJ 16 g F 6,7 g ges. FS 19 g EW 39 g KH 18 g Zucker 4,2 g Salz	469 kcal 1974 kJ 12 g F 4,7 g ges. FS 23 g EW 62 g KH 24,3 g Zucker 2,4 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	563 kcal 2364 kJ 14 g F 5,1 g ges. FS 22 g EW 85 g KH 29,5 g Zucker 13,9 g Salz	609 kcal 2540 kJ 37 g F 9,9 g ges. FS 20 g EW 48 g KH 13,3 g Zucker 4 g Salz	462 kcal 1946 kJ 7 g F 3,1 g ges. FS 25 g EW 70 g KH 25,1 g Zucker 2,8 g Salz
Menü 2 - leichte Vollkost	Schweinegulasch 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	Wurstgulasch Hörnchennudeln Wackelpudding "Kirsch" mit Vanillasoße	Gemüseeeintopf (Erbse, Möhre, Sellerie) Mischbrot Milchreis mit Apfelsoße	Putenrollbraten Bratensoße Erbsen- Möhren Gemüse Salzkartoffeln Pflaumenkompott
	623 kcal 2631 kJ 19 g F 7,5 g ges. FS 28 g EW 84 g KH 14,4 g Zucker 5,4 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	759 kcal 3189 kJ 25 g F 7,8 g ges. FS 27 g EW 105 g KH 31 g Zucker 7,5 g Salz	319 kcal 1346 kJ 2 g F 0,5 g ges. FS 12 g EW 63 g KH 13,5 g Zucker 4,1 g Salz	432 kcal 1814 kJ 8 g F 3,6 g ges. FS 19 g EW 68 g KH 24,1 g Zucker 6,6 g Salz