



## Speisenplan 13.07.2026 - 19.07.2026



Küche Cottbus Feldstraße

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

	Montag 13.07.2026	Dienstag 14.07.2026	Mittwoch 15.07.2026	Donnerstag 16.07.2026	Freitag 17.07.2026	Samstag 18.07.2026	Sonntag 19.07.2026	
Menü 1 - Vollkost	Pichelsteiner Eintopf (Weißkohl, Möhren, Blumenkohl) mit Schweinefleisch Mischbrot Vanillepudding	gekochte Eier Senfsoße Salzkartoffeln Apfelmus	Gelbe-Erbsen-Eintopf mit Kartoffelwürfeln und Kasselerfleisch vom Schwein Roggenmischbrot Obst	Paprika-Schweine- hackfleisch-Pfanne Salzkartoffeln vom Schwein Waldfruchtpudding	Marinierter Hering "Hausfrauen Art" (Gurke, Apfel) Salzkartoffeln Gurkensalat	Kartoffel-Lauch- Suppe mit Jagdwurst vom Schwein Obst	Rindergulasch mit Waldpilzen (Butterpilze, Egerlinge) Bohngemüse Salzkartoffeln Himbeerquark	
	649 kcal   2739 kJ   15 g F   5,8 g ges. FS   20 g EW   105 g KH   74,5 g Zucker   4,5 g Salz	544 kcal   2278 kJ   26 g F   10,5 g ges. FS   20 g EW   55 g KH   17,5 g Zucker   3,2 g Salz	543 kcal   2284 kJ   11 g F   3,8 g ges. FS   32 g EW   73 g KH   14 g Zucker   3,2 g Salz	564 kcal   2397 kJ   22 g F   10,4 g ges. FS   23 g EW   67 g KH   32,2 g Zucker   5,1 g Salz	650 kcal   2705 kJ   39 g F   6,4 g ges. FS   20 g EW   51 g KH   18,7 g Zucker   5,7 g Salz	480 kcal   1994 kJ   28 g F   8,2 g ges. FS   14 g EW   42 g KH   12,3 g Zucker   1,8 g Salz	502 kcal   2112 kJ   10 g F   4,7 g ges. FS   32 g EW   69 g KH   28,8 g Zucker   4,2 g Salz	
	Menü 2 - leichte Vollkost	Schweinegulasch Makkaroni Vanillepudding	Milchreis Zucker und Zimt Apfelmus	Klare Hühnerbrühe mit Gemüsestreifen (Möhre, Sellerie, Lauch) und Fadennudeln Mischbrot Obst	Blumenkohlgemüse Holländische Soße Salzkartoffeln Waldfruchtpudding	Jägerschnitzel vom Schwein Tomatensoße Spirelli Gurkensalat	Gemüseintopf (Möhren, Erbsen, Spargel, Bohnen) mit Schweinefleisch Mischbrot Obst	Putenrollbraten Bratensoße Möhrengemüse Salzkartoffeln Himbeerquark
		838 kcal   3545 kJ   18 g F   6,6 g ges. FS   28 g EW   140 g KH   70,2 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	286 kcal   1202 kJ   4 g F   1,2 g ges. FS   15 g EW   44 g KH   12,6 g Zucker   2,7 g Salz	758 kcal   3193 kJ   41 g F   26,1 g ges. FS   14 g EW   80 g KH   21 g Zucker   8,8 g Salz	928 kcal   3893 kJ   33 g F   7,1 g ges. FS   31 g EW   122 g KH   27,6 g Zucker   7,2 g Salz	429 kcal   1799 kJ   14 g F   5,2 g ges. FS   22 g EW   54 g KH   18,6 g Zucker   4,2 g Salz	461 kcal   1938 kJ   10 g F   4,4 g ges. FS   23 g EW   67 g KH   31,1 g Zucker   6,1 g Salz