



Speisenplan 19.10.2026 - 25.10.2026



Küche Cottbus Feldstraße

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

	Montag 19.10.2026	Dienstag 20.10.2026	Mittwoch 21.10.2026	Donnerstag 22.10.2026	Freitag 23.10.2026	Samstag 24.10.2026	Sonntag 25.10.2026
Menü 1 - Vollkost	Schweinegulasch	Hühnerfrikassee	Pichelsteiner Eintopf	Kräuterquark	Krautpfanne	Linsenseintopf	gebratener
	Mischgemüse	mit Schwarzwurzel,	(Weißkohl, Möhren,	mit Leinöl	mit Schweine-	(Möhren, Kartoffeln)	Hähnchenschenkel
	Salzkartoffeln	Erbsen und Möhren	Kartoffelwürfel)	Salzkartoffeln	hackfleisch	mit Knackwurst	Geflügelsoße
		Langkornreis	mit Schweinefleisch		Salzkartoffeln	vom Schwein	Rotkohl
		(parboiled)	Mischbrot			Mischbrot	Salzkartoffeln
Menü 2 - leichte Vollkost	Himbeerpudding	Apfelmus	Obst	Pfirsich-	Gurkensalat	Obst	Rhabarberkompott
				Maracuja-Joghurt	mit Saure-Sahne-Dressing		
	468 kcal 1966 kJ 16 g F 6,7 g ges. FS 23 g EW 58 g KH 16,3 g Zucker 5,2 g Salz	291 kcal 1229 kJ 4 g F 1 g ges. FS 10 g EW 51 g KH 18 g Zucker 1,4 g Salz	400 kcal 1677 kJ 15 g F 5,8 g ges. FS 18 g EW 45 g KH 19,2 g Zucker 4,4 g Salz	347 kcal 1464 kJ 2 g F 0,6 g ges. FS 25 g EW 56 g KH 23,7 g Zucker 2,2 g Salz	547 kcal 2293 kJ 28 g F 8,1 g ges. FS 21 g EW 51 g KH 14,4 g Zucker 6,7 g Salz	679 kcal 2854 kJ 14 g F 8,2 g ges. FS 39 g EW 90 g KH 21,6 g Zucker 4,3 g Salz	543 kcal 2277 kJ 18 g F 2 g ges. FS 28 g EW 61 g KH 21 g Zucker 8,4 g Salz
	Gnocchi-	Kartoffelpuffer	Nudeleintopf	Geflügel-Kräuter-Bällchen	Fischfrikadelle	Kohlrabi-Möhren-Eintopf	Rinder-
	Tomaten-Topf	Zucker	(Möhren, Porree,	Gemüse-	Dillsoße	mit Kartoffelwürfeln	rouladengulasch
Menü 2 - leichte Vollkost	(Basilikum, Porree,		Blumenkohl)	Tomaten-Soße	Petersilienkartoffeln	und Schweinefleisch	Butterbohnen
	Karotten, Sellerie)		mit Geflügelfleisch	(Möhren)		Mischbrot	Salzkartoffeln
			Mischbrot	Kürbis-Kartoffel-Püree			
	Himbeerpudding	Apfelmus	Obst	Pfirsich- 	Gurkensalat	Obst	Rhabarberkompott
				Maracuja-Joghurt	mit Saure-Sahne-Dressing		
Menü 2 - leichte Vollkost	537 kcal 2276 kJ 3 g F 1,3 g ges. FS 12 g EW 110 g KH 53,6 g Zucker 12,4 g Salz	398 kcal 1680 kJ 2 g F 0,8 g ges. FS 10 g EW 81 g KH 27,1 g Zucker 0,6 g Salz	369 kcal 1557 kJ 5 g F 1,4 g ges. FS 23 g EW 56 g KH 14,5 g Zucker 3,9 g Salz	523 kcal 2185 kJ 23 g F 3,8 g ges. FS 23 g EW 53 g KH 26,3 g Zucker 6,1 g Salz	551 kcal 2312 kJ 22 g F 5,3 g ges. FS 17 g EW 68 g KH 11,3 g Zucker 8 g Salz	379 kcal 1586 kJ 14 g F 5,4 g ges. FS 17 g EW 42 g KH 19,3 g Zucker 3,4 g Salz	523 kcal 2190 kJ 18 g F 8,3 g ges. FS 28 g EW 59 g KH 18,4 g Zucker 4,1 g Salz