



Speisenplan 26.10.2026 - 01.11.2026



Küche Cottbus Feldstraße

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

	Montag 26.10.2026	Dienstag 27.10.2026	Mittwoch 28.10.2026	Donnerstag 29.10.2026	Freitag 30.10.2026	Reformationstag 31.10.2026	Sonntag 01.11.2026
Menü 1 - Vollkost	Grüne-Bohneneintopf ^{1/5/i}	Schweinegeschnetzeltes	Graupeneintopf ^{5/a/a3/i/j}	Hörnchennudeln ^{a/a1/c}	Schollenfilet in Eihülle ^{a/a1/c/d}	Schweinegulasch ^{a/a1}	Putenrollbraten
	mit Kartoffelwürfeln ^{1/5/i}	mit Gemüstreifen	(Möhren, Sellerie, ^{5/a/a3/i/j}	Wurstgulasch ^{2/3/B/a/a1}	Spreewaldsoße ^{1/a/a1/g}	"Szegediner Art" ^{a/a1}	Bratensoße
	und Kasselerfleisch ^{2/3}	(Paprika, Bohnen, ^{5/a/a3/i/j}	Kartoffelwürfeln) ^{5/a/a3/i/j}	vom Schwein ^{2/3/B/a/a1}	(Gurke, Porree, ^{1/a/a1/g}	Salzkartoffeln ^{5/i}	Blumenkohlgemüse ⁵
	vom Schwein ^{2/3}	Möhren, Erbsen)	mit Geflügelfleisch		Zwiebeln) ^{1/a/a1/g}		mit Butter ⁵
	Mischbrot ^{a/a1/a2}	Spätzle ^{a/a1/c}	Mischbrot ^{a/a1/a2}		Kürbis-Kartoffel-Püree ⁵		Salzkartoffeln ^{5/i}
	Rote-Beete- ⁹	Apfelmus ³	Obst	Erdbeerjoghurt ⁵	Grießsahnepudding ^{a/a1/g}	Obst	Gemüsesalat (Blumenkohl, Möhren, Bohnen, Paprika)
	Apfel-Salat ⁹						
	370 kcal 1553 kJ 10 g F 4,1 g ges. FS 23 g EW 45 g KH 15,7 g Zucker 9 g Salz	764 kcal 3221 kJ 23 g F 6,4 g ges. FS 28 g EW 108 g KH 30,6 g Zucker 1,8 g Salz	395 kcal 1666 kJ 4 g F 1 g ges. FS 22 g EW 64 g KH 16,6 g Zucker 1,4 g Salz	763 kcal 3203 kJ 28 g F 9,7 g ges. FS 28 g EW 98 g KH 24,8 g Zucker 7,6 g Salz	478 kcal 1998 kJ 18 g F 7,6 g ges. FS 23 g EW 55 g KH 22,9 g Zucker 3,1 g Salz	417 kcal 1748 kJ 15 g F 5,6 g ges. FS 19 g EW 49 g KH 13 g Zucker 2,6 g Salz	386 kcal 1621 kJ 10 g F 4,1 g ges. FS 20 g EW 52 g KH 19,5 g Zucker 7,3 g Salz
Menü 2 - leichte Vollkost	Kochklops	Milchreis ⁵	Blumenkohl- ^{5/i}	Blumenkohlgemüse ^{1/a/a1}	Hähnchenpfanne ^{a/a1/j}	gebratenes	Rinder- ^{5/i}
	vom Schwein	Zucker und Zimt	Möhren-Eintopf ^{5/i}	Holländische Soße ^{1/a/a1/c/j}	mit Champignons ^{a/a1/j}	Hähnchenbrustfilet	geschnetzeltes ^{5/i}
	Kapersoße ^{1/a/a1/d/t/g/i/l}		mit Kartoffelwürfeln ^{5/i}	Salzkartoffeln ^{5/i}	Butterreis ⁵	Champignon- ^{1/g}	mit Gemüse ^{5/i}
	Salzkartoffeln ^{5/i}		und Schweinefleisch			Rahm-Soße ^{1/g}	
			Mischbrot ^{a/a1/a2}			Bratkartoffeln	Salzkartoffeln ^{5/i}
	Rote-Beete- ⁹	Apfelmus ³	Obst	Erdbeerjoghurt ⁵	Grießsahnepudding ^{a/a1/g}	Obst	Gemüsesalat (Blumenkohl, Möhren, Bohnen, Paprika)
	Apfel-Salat ⁹						
	583 kcal 2437 kJ 25 g F 10,3 g ges. FS 22 g EW 64 g KH 17 g Zucker 10,9 g Salz	465 kcal 1976 kJ 1 g F 0,3 g ges. FS 18 g EW 95 g KH 58,5 g Zucker 0,6 g Salz	398 kcal 1669 kJ 13 g F 4,9 g ges. FS 18 g EW 47 g KH 27,1 g Zucker 0,6 g Salz	473 kcal 1976 kJ 20 g F 4,6 g ges. FS 11 g EW 58 g KH 21,6 g Zucker 5,2 g Salz	428 kcal 1800 kJ 12 g F 5,2 g ges. FS 20 g EW 60 g KH 11,5 g Zucker 4,8 g Salz	698 kcal 2916 kJ 33 g F 8,9 g ges. FS 32 g EW 62 g KH 15,5 g Zucker 9,8 g Salz	466 kcal 1952 kJ 17 g F 5,9 g ges. FS 24 g EW 53 g KH 18,4 g Zucker 4,9 g Salz