

Speiseplan für die Woche vom 12.01. – 18.01.2026



	Menü 1	Menü 2
Montag 12.01.2025	Gebratene Hähnchenbrust mit Bratensoße ^(G1) , Erbsengemüse und Kartoffeln 349 Kcal.	Blumenkohl mit Bechamelsoße ^(G1/M) und Kartoffeln 576 Kcal.
	Dessert ^(M)	
Dienstag 13.01.2025	Buntes Geflügelfrikassee ^(A/D/F/G/M) mit Möhren, Erbsen und Reis 555 Kcal.	Rote Beete Puffer ^(G1) auf Zitronen-Buttersoße ^(G1/M) mit Kartoffelpüree 496 Kcal.
	Obst	
Mittwoch 14.01.2025	Quarkkeulchen ^(B/G/M) mit Zucker Gemüsesuppe ^(B/G/M) 486 Kcal.	Nudeln mit Champignoncremesoße und Reibekäse ^(M) 513 Kcal.
	Apfelmus ^(2/8)	
Donnerstag 15.01.2026	Kräuterquark ^(M) mit Leberwurst ^(6/10) Butter ^(M) und Kartoffeln 378 Kcal.	Hoki-Barschfilet ^(F) "Müllerin Art" mit Senfsoße ^(G/M/S) und Kartoffelpüree ^(M) 469 Kcal.
	Möhrensalat	
Freitag 16.01.2026	Eierragout ^(B) mit Erbsen, Möhren, in Senf-Sahnesoße ^(G/M/S) mit Kartoffeln 412 Kcal.	Pasta Bolognese Art ^(G1) mit Reibekäse ^(M) 389 Kcal.
	Obst	
Samstag 17.01.2026	Nudeleintopf ^(D/G) mit Hühnerfleisch, Gemüse, Kräuter, 1 Scheibe Brot ^(G) 396 Kcal.	Schweinskopfsülze ^(B/G) mit Remouladensoße ^(B/M) und Röstkartoffeln 466 Kcal.
	Dessert ^(M)	
Sonntag 18.01.2026	Mutzbraten ^(G/Schwein) Bratensoße ^(G) , Sauerkraut ^(G) und Kartoffeln 534 Kcal.	Rinderbraten Bratensoße ^(G) , Rotkraut ^(G) und Kartoffeln 557 Kcal.
	Pudding ^(M)	

Zusatzstoffe: (1 Konservierungsstoff) (2 Antioxidationsmittel) (3 geschwefelt) (4 Farbstoff) (5 Süßungsmittel) (6 Phosphat)
(7 Geschmacksverstärker) (8 Säuerungsmittel) (9 modifizierte Stärke) (10 Nitritpökelsalz)
Allergie: (A-Soja/Sojaerzeugnisse) (B-Eier/Eiererzeugnisse) (D-Sellerie/Sellerieerzeugnisse) (E-Erdnüsse/ Erdnusserzeugnisse)
(F-Fisch/Fischerzeugnisse) (G-Glutenhaltige Getreide/Erzeugnisse) (I-Sesamsamenerzeugnisse) (K-Krebstiere/
Krebstiererzeugnisse) (L-Lupine/Lupineerzeugnisse) (M-Milch/Milcherzeugnisse inkl. Laktose) (N-Schalenfrüchte)
(S-Senf/Senferzeugnisse) (W-Weichtiererzeugnisse)



Bestellung für die Woche vom 12.01. – 18.01.2026
Abgabe bis 06.01.2026

Bestellung unter:
Telefon: 03731 795 593
E-Mail: essen@awo-freiberg.de

Name, Vorname

	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
Menü 1							
Menü 2							