

Speiseplan für die Woche vom 19.01. – 25.01.2026



	Menü 1	Menü 2
Montag 19.01.2025	Kohlrabi-Möhreneintopf, Schweinefleisch, Kartoffeln, frischen Kräutern, 1 Scheibe Brot ^(G) 326 Kcal.	Hackfleisch-Krautpfanne ^(G) mit Kartoffeln 563 Kcal.
	Dessert ^(M)	
Dienstag 20.01.2025	Gemüsecurry mit Möhren, Mais, Blumenkohl und Reis 543 Kcal.	Hähnchenschnitzel ^(G) Bratensoße ^(G) Kohlrabigemüse ^(G) und Kartoffeln 505 Kcal.
	Obst	
Mittwoch 21.01.2025	Apfel-Milchreis ^(M) mit Zucker-Zimt- Mischung 329 Kcal.	Bunter Nudleintopf ^(D/G1) mit Geflügelfleisch, Erbsen, Möhren, frischen Kräutern und Brot ^(G) 457 Kcal.
	Kompott ^(2/8)	
Donnerstag 22.01.2026	Gebackenes Seelachsfilet ^(B/F/G/N) mit Senfsoße ^(G) und Kartoffelpüree ^(M) 453 Kcal.	Rührei ^(B) mit Spinat ^(G/M) und Kartoffeln 416 Kcal.
	Gurkensalat	
Freitag 23.01.2026	Nudeln ^(B/G) mit Jagdwurstgulasch ^(1/2/G/S) und Reibekäse ^(M) 529 Kcal.	Gemüsemedaillon ^(A/G1/S) mit Kräutersoße und Weizen-Ebly ^(G1) 426 Kcal.
	Obst	
Samstag 24.01.2026	Hackfleischklopse ^(B/G) mit Letscho-Tomatensoße ^(G) und Kartoffeln 465 Kcal.	Weißer Bohnen-Eintopf mit Kartoffelwürfel, Kassler ^(6/10) und 1 Scheibe Brot ^(G) 389 Kcal
	Kompott ^(2/8)	
Sonntag 25.01.2026	Putenschnitzel ^(B/G) mit Bechamel-Porree ^(G/M) und Kartoffeln 534 Kcal.	Schweinebraten ^(G) mit Bechamel-Porree ^(G/M) und Kartoffeln 497 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/Eiernerzeugnisse) (D-Sellerie/Sellerieerzeugnisse) (E-Erdnüsse/ Erdnusserzeugnisse)
(F-Fisch/Fischerzeugnisse) (G-Glutenhaltige Getreide/Erzeugnisse) (I-Sesamenerzeugnisse) (K-Krebstiere/
Krebstiererzeugnisse) (L-Lupine/Lupinerzeugnisse) (M-Milch/Milcherzeugnisse inkl. Laktose) (N-Schalenfrüchte)
(S-Senf/Senferzeugnisse) (W-Weichtiererzeugnisse)



Bestellung für die Woche vom 19.01. – 25.01.2026

Abgabe bis 13.01.2026

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							