

Speiseplan für die Woche vom 12.10. – 18.10.2026



	Menü 1	Menü 2	Menü 3
Montag 12.10.2026	Putensteak Kartoffelrösti dazu Champignonrahmsauce ^G und Salat	Eierkuchen ^{A,C,G} mit Apfelmus ³	Pelmeni ^{A,C} mit Schweinefleisch und Gemüsebouillon
Dienstag 13.10.2026	Leberkäse ^{2,3} dazu Spiegelei ^C Bratkartoffeln	Spaghetti ^A dazu Linsenbolognese	Schlemmerfilet "Broccoli" ^{A,C,D} dazu Püree ^G und Soße
Mittwoch 14.10.2026	Kartoffeln mit Hackfleisch ^{A,C} gefüllte Paprika, Soße	gebackene Champignons ^{A,C} Risotto und Kompott	Gräupcheneintopf ^A mit Kassler ^{2,3,7} dazu Brot ^A
Donnerstag 15.10.2026	Hähnchenschnitzel ^{A,C} dazu Kartoffeln, Gemüse und Soße	Brokkoli-Rahm-Süppchen ^G mit Kochschinken ^{2,3,7} Croupons ^A Fruchtjoghurt ^G	marinierte Heringshappen ^{D,G} dazu Kartoffeln
Freitag 16.10.2026	Schmorbraten dazu Klöße, Rotkraut und Soße	Nudeln ^A dazu Gemüseköttbular und Soße	
Samstag 17.10.2026	Wirsingroulade ^{A,C} dazu Kartoffeln und Soße	Gulaschsuppe mit Kartoffelnwürfel, Champignons	
Sonntag 18.10.2026	ged. Fischfilet ^D dazu Reis und Zitronensoße	Pökelbraten ^{2,3,7} dazu Gemüse und Kartoffeln	

Kennzeichnung von Inhaltsstoffen

1 = mit Farbstoffen, 2 = mit Konservierungsstoffen, 3 = mit Antioxydationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärker, 5 = mit Süßungsmittel, 6 = enthält Phenylalaninquelle, 7 = mit Phosphat, 8 = gewachst, 9 = geschwärzt, 10 = geschwefelt

Hauptallergene im Überblick

A = Glutenhaltiges Getreide (Weizen), B = Krebstiere, C = Eier, D = Fisch, E = Erdnüsse, F = Soja, G = Milch, H = Schalenfrüchte, I = Sellerie, K = Senf, L = Sesamsamen, M = Lupine, N = Weichtiere sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, O = Schwefeldioxid und Sulfid bei mehr als 10 mg/kg oder 10ml/l

Änderung vorbehalten!



Bestellung für die Woche vom 12.10.2026 – 18.10.2026

Abgabe bis 06.10.2026

Bestellung unter:
Telefon: 03731 795 540
essen@awo-mittelsachsen.de

Name, Vorname

	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
Menü 1							
Menü 2							
Menü 3							