Speiseplan Haus Halstenbek

12.10.2026 - 18.10.2026

KW 42	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Menü/Vollkost	**4 St Nürnberger Rostbratwürstl auf Sauerkraut und Kartoffelpüree** ϖ 25 15 j g N: 139.97 kcal F: 9.45 g GF: 4.11 g C: 6.58 g Z: 1.56 g P: 5.74 g S: 1.22 g B: 0.55 BE	**Spinat mit Rührei & Salzkartoffeln** 15 c a8 g a1 N: 103.09 kcal F: 5.78 g GF: 2.21 g C: 7.38 g Z: 1.44 g P: 5.31 g S: 1.41 g B: 0.61 BE	**Grünkohl mit Kochwurst und Kartoffeln** ϖ 2 15 j a4 a N: 148.93 kcal F: 9.57 g GF: 3.84 g C: 9.17 g Z: 3.78 g P: 6.44 g S: 1.34 g B: 0.77 BE	**Chili con Carne vom Rind, Sour Cream mit Reis** æ g N: 135.11 kcal F: 4.02 g GF: 1.23 g C: 17.09 g Z: 1.81 g P: 6.30 g S: 0.72 g B: 1.43 BE	**Rotbarsch mit Kartoffelspecksalat und Dip** ∀ ϖ 2 3 12 1 25 15 c j z a8 d a1 N: 161.20 kcal F: 13.51 g GF: 1.28 g C: 5.71 g Z: 1.76 g P: 4.39 g S: 1.31 g B: 0.48 BE	**Kartoffelsuppe mit Wiener** ϖ 2 3 8 15 g N: 130.15 kcal F: 10.62 g GF: 4.85 g C: 3.63 g Z: 1.03 g P: 5.22 g S: 0.98 g B: 0.30 BE	**Braten von der Putenoberkeule mit Kohlrabi und Kartoffeln** ∀ g N: 79.67 kcal F: 2.77 g GF: 1.53 g C: 7.01 g Z: 1.99 g P: 6.47 g S: 0.83 g B: 0.58 BE
Menü/Vegetarisch	**Pizza Margherita mit Mozzarella und Ruccola** a8 g g1 a1 N: 242.22 kcal F: 7.21 g GF: 3.51 g C: 34.48 g Z: 3.45 g P: 9.79 g S: 1.56 g B: 2.87 BE	**Kaiserschmarrn mit Pflaumenkompott** ∇ ∫ c g a g1 a1 N: 172.55 kcal F: 6.67 g GF: 2.68 g C: 22.68 g Z: 9.10 g P: 5.11 g S: 0.22 g B: 1.89 BE	**Vegetarische Frühlingsrolle an süss - saurer Sauce mit Wok- Gemüse, Reis** ∇ c g a a1 N: 143.58 kcal F: 6.87 g GF: 3.46 g C: 15.59 g Z: 1.83 g P: 4.60 g S: 0.33 g B: 1.30 BE	**Champignonragout mit Röstinchen** æ g a N: 124.27 kcal F: 8.07 g GF: 2.81 g C: 9.98 g Z: 1.49 g P: 2.90 g S: 0.38 g B: 0.82 BE	**Kartoffel Zucchini Puffer mit Kräuterdip und Salat** æ ∀ c j a4 a8 g a1 N: 180.10 kcal F: 12.26 g GF: 1.87 g C: 13.64 g Z: 3.17 g P: 3.69 g S: 0.56 g B: 1.14 BE	**Pfannkuchen mit Blaubeeren gefüllt dazu Vanillesauce** ∇ ∫ c g a g1 a1 N: 143.31 kcal F: 4.29 g GF: 1.78 g C: 21.17 g Z: 7.11 g P: 4.67 g S: 0.12 g B: 1.76 BE	
Menü Laktosefrei		**lactosefreier Kaiserschmarrn mit Pflaumenkompott** ∇ ∞ c g a a1 N: 164.79 kcal F: 6.25 g GF: 2.38 g C: 22.72 g Z: 9.10 g P: 4.14 g S: 0.22 g B: 1.89 BE				**Milchreis Laktosefrei** ∇ ∫ g g1 N: 80.94 kcal F: 2.37 g GF: 0.89 g C: 11.17 g Z: 4.45 g P: 3.51 g S: 0.16 g B: 0.93 BE	
Dessert	**Fruchtquark** 25 g N: 120.13 kcal F: 3.80 g GF: 2.50 g C: 15.00 g Z: 14.00 g P: 6.40 g S: 0.10 g B: 1.25 BE	**Nuss Pudding** ∇ ∫ g g1 N: 105.33 kcal F: 3.17 g GF: 2.11 g C: 15.90 g Z: 10.25 g P: 3.00 g S: 0.15 g B: 1.32 BE	**Götterspeise** 1 N: 63.05 kcal F: 0.00 g GF: 0.00 g C: 15.50 g Z: 15.50 g P: 0.00 g S: 0.23 g B: 1.29 BE	**Fruchtjoghurt** g N: 87.89 kcal F: 3.00 g GF: 2.00 g C: 10.50 g Z: 10.20 g P: 3.70 g S: 0.13 g B: 0.88 BE	**Apfelkompott** ∇ ∞ N: 55.17 kcal F: 0.06 g GF: 0.02 g C: 13.03 g Z: 11.95 g P: 0.37 g S: 0.00 g B: 1.09 BE	**Obst der Saison** N: 60.90 kcal F: 0.05 g GF: 0.02 g C: 14.35 g Z: 13.16 g P: 0.34 g S: 0.00 g B: 1.20 BE	**Eisbecher** ∇ ∫ g g1 N: 205.64 kcal F: 11.70 g GF: 6.91 g C: 20.97 g Z: 20.97 g P: 3.96 g S: 0.15 g B: 1.75 BE

Nährwertangaben pro 100g N: Brennwert F: Fett GF: davon gesättigte Fettsäuren C: Kohlenhydrate Z: davon Zucker P: Eiweiß S: Salz B: Broteinheit

Allergene Inhaltsstoffe

- **a** Gluten
- **a1** Weizen
- **a4** Hafer
- **a8** Hybridstämme (Gluten)
- **c** Eier
- **d** Fisch
- **g** Milch und Milcherzeugnisse
- **g1** Milcheiweiß
- **j** Senf
- **z** Zitrusfrucht

Zusatzstoffe

- **1** mit Farbstoff
- **2** mit Konservierungsstoffen
- **3** mit Antioxidationsmittel
- **8** mit Phosphat
- **12** mit Zuckeraustauschstoffen
- **15** Nitrat/Nitrit
- **25** Modifizierte Stärke

Eigenschaften

- ∀ Alkohol
- æ Knoblauch
- ∫ Laktose
- ϖ Schweinefleisch
- ∞ Vegan
- ∇ Vegetarisch