



Unser Menüplan für Sie



Sozialgemeinschaft
Schiltach/Schenkenzell e.V.

Bei Fragen, Bestelländerungen oder Allergien können Sie uns unter 0 78 36 - 93 93 14 gerne kontaktieren

35. KW	TAGESSUPPE	MENÜ 1 (Diabetiker geeignet) <i>Diabetiker geeignet</i>	MENÜ 2	MENÜ 3 (leichte Vollkost) <i>leichte Vollkost</i>	TAGESDESSERT
Montag 24.08.2026	Ingwer- Karottensuppe ^g	Gefüllte Hähnchenbrust mit Soße, Gemüse und Rösti ^{g,i,l}	Vegetarisches Gemüseragout mit Schupfnudeln und Salat ^{1,a,a1,g}	Vegetarisches Gemüseragout mit Schupfnudeln und Salat ^{1,a,a1,g}	Joghurtcreme mit Früchten ^{1,g}
Nährwerte	384 kJ, 92 kcal, 6,60g Fett, 4,20g ges. FS, 6,20g KH, 3,00g Zucker, 2,00g Eiweiß, 1,40g Salz	2415 kJ, 580 kcal, 35,30g Fett, 9,05g ges. FS, 34,60g KH, 7,70g Zucker, 25,74g Eiweiß, 3,30g Salz	1981 kJ, 471 kcal, 10,61g Fett, 5,75g ges. FS, 77,77g KH, 12,08g Zucker, 11,98g Eiweiß, 25,33g Salz	1981 kJ, 471 kcal, 10,61g Fett, 5,75g ges. FS, 77,77g KH, 12,08g Zucker, 11,98g Eiweiß, 25,33g Salz	558 kJ, 133 kcal, 3,82g Fett, 2,42g ges. FS, 18,84g KH, 17,52g Zucker, 4,8g Eiweiß, 0,13g Salz
Dienstag 25.08.2026	Rote Betesuppe ^{g,i}	Maultaschen in der Brühe mit Schmelzzwiebeln und Kartoffelsalat ^{1,2,a,a1,c,i,j}	Kartoffeleintopf mit Bockwurst ^{2,3,8}	Vegetarischer Kartoffeleintopf ^{2,3,8}	Erdbeer-Joghurtdessert ^g
Nährwerte	133 kJ, 31 kcal, 0,41g Fett, 0,24g ges. FS, 5,26g KH, 4,89g Zucker, 0,93g Eiweiß, 0,04g Salz	2276 kJ, 543 kcal, 19,54g Fett, 5,32g ges. FS, 68,54g KH, 10,75g Zucker, 19,47g Eiweiß, 7,09g Salz	1772 kJ, 428 kcal, 31,86g Fett, 11,82g ges. FS, 17,68g KH, 7,83g Zucker, 20,86g Eiweiß, 3,49g Salz	1772 kJ, 428 kcal, 31,86g Fett, 11,82g ges. FS, 17,68g KH, 7,83g Zucker, 20,86g Eiweiß, 3,49g Salz	499 kJ, 119 kcal, 3,72g Fett, 2,4g ges. FS, 15,84g KH, 14,52g Zucker, 4,68g Eiweiß, 0,13g Salz
Mittwoch 26.08.2026	Gerstencremesuppe ^{a,a3,g,i}	Grillsteak vom Schwein mit Nudelsalat und BBQ Soße ^{2,a,a1,j}	Apfelmüchle mit Zimt-Zucker und Vanillesoße ^{a,a1,c,g}	Apfelmüchle mit Zimt-Zucker und Vanillesoße ^{a,a1,c,g}	Johannisbeerdessert ^{a,a1,c,f,g}
Nährwerte	774 kJ, 187 kcal, 14,37g Fett, 5,55g ges. FS, 13,06g KH, 8,08g Zucker, 3,28g Eiweiß, 0,12g Salz	3246 kJ, 777 kcal, 47,26g Fett, 11,36g ges. FS, 55,34g KH, 34,18g Zucker, 31,7g Eiweiß, 5,1g Salz	3052 kJ, 728 kcal, 36,45g Fett, 18,05g ges. FS, 88,26g KH, 61,39g Zucker, 10,74g Eiweiß, 0,43g Salz	3052 kJ, 728 kcal, 36,45g Fett, 18,05g ges. FS, 88,26g KH, 61,39g Zucker, 10,74g Eiweiß, 0,43g Salz	666 kJ, 158 kcal, 4,69g Fett, 3,12g ges. FS, 25,04g KH, 17,47g Zucker, 3,40g Eiweiß, 0,18g Salz
Donnerstag 27.08.2026	Süßkartoffelcremesuppe ^{3,f,m}	Gebratener Fleischkäse mit Soße, Bratkartoffeln ^{1,2,3,8,l}	Gemüselasagne mit Spinat und Champignons Tomatensoße ^{3,5,a,a1,c,g,i,j,l}	Gemüselasagne mit Spinat und Champignons Tomatensoße ^{3,5,a,a1,c,g,i,j,l}	Apfelpudding ^g
Nährwerte	357 kJ, 86 kcal, 6g Fett, 0,65g ges. FS, 6g KH, 1,3g Zucker, 1,35g Eiweiß, 0,42g Salz	2422 kJ, 584 kcal, 40,87g Fett, 11,96g ges. FS, 34,33g KH, 3,91g Zucker, 16,49g Eiweiß, 3,47g Salz	2526 kJ, 604 kcal, 24,89g Fett, 9,09g ges. FS, 66,69g KH, 19,21g Zucker, 25,83g Eiweiß, 2,29g Salz	2526 kJ, 604 kcal, 24,89g Fett, 9,09g ges. FS, 66,69g KH, 19,21g Zucker, 25,83g Eiweiß, 2,29g Salz	601 kJ, 142 kcal, 4,5g Fett, 3,36g ges. FS, 25,04g KH, 18,8g Zucker, 0,47g Eiweiß, 0,02g Salz
Freitag 28.08.2026	Kohlrabicremesuppe	Seelachsfilet in Eihülle ge			