



Unser Menüplan für Sie

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



Sozialgemeinschaft
Schiltach/Schenkenzell e.V.

50. KW	TAGESSUPPE	MENÜ 1 (Diabetiker geeignet) Diabetiker geeignet	MENÜ 2	MENÜ 3 (leichte Vollkost) leichte Vollkost	TAGESDESSERT	
Montag 08.12.2025	Nährwerte	Nudelsuppe^{a,a1,c} 158 kJ, 37 kcal, 0,26g Fett, 0,08g ges. FS, 7,17g KH, 0,45g Zucker, 1,36g Eiweiß, 0,05g Salz	Fleischküchle auf Soße mit Erbsen-Karottengemüse und Kartoffeln^{1,a,a1,c,g,i} 2006 kJ, 481 kcal, 25,92g Fett, 9,26g ges. FS, 38,39g KH, 8,74g Zucker, 19,01g Eiweiß, 2,25g Salz	Vegetarische Bauern-Gemüsepfanne^{a,a1} 1140 kJ, 272 kcal, 5,2g Fett, 0,8g ges. FS, 47,6g KH, 10,8g Zucker, 8g Eiweiß, 6,4g Salz	Vegetarische Bauern-Gemüsepfanne^{a,a1} 1140 kJ, 272 kcal, 5,2g Fett, 0,8g ges. FS, 47,6g KH, 10,8g Zucker, 8g Eiweiß, 6,4g Salz	Topfencreme mit Pfirsich 0 kJ, 0 kcal, 0g Fett, 0g ges. FS, 0g KH, 0g Zucker, 0g Eiweiß, 0g Salz
Dienstag 09.12.2025	Nährwerte	Blumenkohlcremesuppe^g 26 kJ, 6 kcal, 0,2g Fett, 0,08g ges. FS, 0,98g KH, 0,08g Zucker, 0,08g Eiweiß, 0,19g Salz	Hähnchengeschnetzeltes Mailänder Art mit Nudeln^{a,a1,i} 2114 kJ, 502 kcal, 13,07g Fett, 2,90g ges. FS, 60,44g KH, 6,46g Zucker, 34,25g Eiweiß, 0,16g Salz	Vegetarisches Geschnetzeltes in Tomatensoße mit Penne^{a,a1,f} 2345 kJ, 558 kcal, 16,87g Fett, 1,61g ges. FS, 60,27g KH, 11,38g Zucker, 36,21g Eiweiß, 1,30g Salz	Vegetarisches Geschnetzeltes in Tomatensoße mit Penne^{a,a1,f} 2345 kJ, 558 kcal, 16,87g Fett, 1,61g ges. FS, 60,27g KH, 11,38g Zucker, 36,21g Eiweiß, 1,30g Salz	Heidelbeerquark^g 398 kJ, 94 kcal, 3,12g Fett, 2g ges. FS, 11,2g KH, 10,4g Zucker, 5,2g Eiweiß, 0,08g Salz
Mittwoch 10.12.2025	Nährwerte	Selleriecremesuppe^{a,a1,g,i} 331 kJ, 79 kcal, 5,58g Fett, 3,81g ges. FS, 5,65g KH, 2,55g Zucker, 1,35g Eiweiß, 1,14g Salz	Schweineroulade in Pilzsoße mit Gemüse und Spätzle^{a,a1,c} 1915 kJ, 457 kcal, 18,63g Fett, 6,66g ges. FS, 36,94g KH, 5,75g Zucker, 33,42g Eiweiß, 2,49g Salz	Vegetarische Kohlroulade mit dunkler vegetarische Sauce und Kartoffeln^{a,a1,c,f} 2126 kJ, 301 kcal, 7,98g Fett, 2,36g ges. FS, 40,92g KH, 6,8g Zucker, 14,56g Eiweiß, 3,10g Salz	Vegetarische Kohlroulade mit dunkler vegetarische Sauce und Kartoffeln^{a,a1,c,f} 2126 kJ, 301 kcal, 7,98g Fett, 2,36g ges. FS, 40,92g KH, 6,8g Zucker, 14,56g Eiweiß, 3,10g Salz	Obstsalat mit Joghurt-Zitronensoße^{2,g} 523 kJ, 124 kcal, 1,09g Fett, 0,60g ges. FS, 24,44g KH, 23,34g Zucker, 3,19g Eiweiß, 0,08g Salz
Donnerstag 11.12.2025	Nährwerte	Lauchcremesuppe^{a,a1,g,i} 305 kJ, 74 kcal, 5,41g Fett, 3,74g ges. FS, 4,71g KH, 1,70g Zucker, 1,37g Eiweiß, 0,04g Salz	Geflügel Bratwurst in Zwiebelsoße mit Stampfkartoffeln^g 2113 kJ, 507 kcal, 35,69g Fett, 15,57g ges. FS, 27,37g KH, 3,08g Zucker, 18,13g Eiweiß, 2,66g Salz	Waldpilzfrikadellen auf Kräutersoße mit Püree und Salat^{2,a,a1,f,g,i} 2135 kJ, 514 kcal, 33,29g Fett, 8,45g ges. FS, 33,14g KH, 3,31g Zucker, 17,33g Eiweiß, 2,82g Salz	Waldpilzfrikadellen auf Kräutersoße mit Püree und Salat^{2,a,a1,f,g,i} 2135 kJ, 514 kcal, 33,29g Fett, 8,45g ges. FS, 33,14g KH, 3,31g Zucker, 17,33g Eiweiß, 2,82g Salz	Erdbeerpudding^{1,g} 367 kJ, 87 kcal, 1,39g Fett, 0,9g ges. FS, 15,43g KH, 9,41g Zucker, 3,09g Eiweiß, 0,13g Salz
Freitag 12.12.2025	Nährwerte	Gurkencremesuppe mit Dill^{g,i} 625 kJ, 150 kcal, 10,59g Fett, 6,78g ges. FS, 10,42g KH, 4,81g Zucker, 3,00g Eiweiß, 0,07g Salz	Lachsforelle mit Weißweinsoße, Gemüsestreifen und Bandnudeln^{d,g} 2976 kJ, 713 kcal, 37,07g Fett, 23,61g ges. FS, 52,61g KH, 9,35g Zucker, 39,86g Eiweiß, 0,30g Salz	Spitzkohleintopf mit mit Rauchfleisch^{1,4,a,a1,c,g,j} 1417 kJ, 341 kcal, 22,88g Fett, 11,03g ges. FS, 23,87g KH, 4,23g Zucker, 8,14g Eiweiß, 2,72g Salz	Spitzkohleintopf mit Butterklösschen^{1,4,a,a1,c,g,j} 1417 kJ, 341 kcal, 22,88g Fett, 11,03g ges. FS, 23,87g KH, 4,23g Zucker, 8,14g Eiweiß, 2,72g Salz	Rote Grütze mit Vanilesoße^g 431 kJ, 102 kcal, 1,65g Fett, 0,83g ges. FS, 21,4g KH, 16,7g Zucker, 0,84g Eiweiß, 0,05g Salz
Samstag 13.12.2025	Nährwerte	Karottencremesuppe^{1,a,a1,g,i} 226 kJ, 55 kcal, 4,29g Fett, 2,37g ges. FS, 3,22g KH, 1,68g Zucker, 0,48g Eiweiß, 0,09g Salz	Blut und Leberwurst mit Sauerkraut und Kartoffelpüree^{2,3,g,i} 2057 kJ, 497 kcal, 35,58g Fett, 13,62g ges. FS, 17,34g KH, 10,44g Zucker, 24,31g Eiweiß, 4,74g Salz	siehe Menü 1	vegetarischer Nudelauflauf mit grünem Salat^{g,i} 468 kJ, 113 kcal, 6,3g Fett, 0,72g ges. FS, 8,78g KH, 2,57g Zucker, 3,96g Eiweiß, 4,19g Salz	Grießpudding^{a,a1,g} 447 kJ, 107 kcal, 2,28g Fett, 1,48g ges. FS, 17,53g KH, 11,34g Zucker, 3,80g Eiweiß, 0,10g Salz
Sonntag 14.12.2025	Nährwerte	Klare Rindfleischsuppe mit Flädle^{a,a1,c,g} 282 kJ, 68 kcal, 4,22g Fett, 0,48g ges. FS, 5,31g KH, 0,63g Zucker, 1,88g Eiweiß, 0,23g Salz	Rindergeschnetzeltes in Rahmsoße mit Rösti und Speckbohnen^{2,3} 2417 kJ, 580 kcal, 29,18g Fett, 7,35g ges. FS, 28,61g KH, 3,87g Zucker, 46,04g Eiweiß, 1,88g Salz	siehe Menü 1	Veget. Steak mit Wachsbrechbohnen und Rösti^{a,a1,a3} 2191 kJ, 526 kcal, 24,61g Fett, 2,14g ges. FS, 35,82g KH, 2,69g Zucker, 31,6g Eiweiß, 4,23g Salz	Bayrische Creme^g 647 kJ, 156 kcal, 10,77g Fett, 7,33g ges. FS, 11,88g KH, 9,72g Zucker, 2,90g Eiweiß, 0,13g Salz

Zusatzstoffe und Allergene: 1 = mit Farbstoff/en, 2 = konserviert, 3 = mit Antioxidationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärker, 8 = mit Phosphat/en,

a = Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1 = Weizen, a3 = Gerste, c = Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse,

d = Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse, f = Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse, g = Milch daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose),

i = Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, j = Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse

Änderung vorbehalten