

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

44. KW	TAGESSUPPE	MENÜ 1 (Diabetiker geeignet) Diabetiker geeignet	MENÜ 2	MENÜ 3 (leichte Vollkost) leichte Vollkost	TAGESDESSERT
Montag 26.10.2026	Kartoffelrahmsuppe ^{a,a1,g,i}	Schnitzel Wiener Art mit Gemüse und Kroketten ^{1,a,a1,g,i}	Gemüselaibchen in Soße mit Kroketten & Gemüse ^g	Gemüselaibchen in Soße mit Kroketten & Gemüse ^g	Haselnusscreme ^{g,h,h2}
Nährwerte	182 kJ, 44 kcal, 3,18g Fett, 2,17g ges. FS, 2,98g KH, 1,42g Zucker, 0,78g Eiweiß, 0,05g Salz	1837 kJ, 437 kcal, 10,65g Fett, 3,13g ges. FS, 52,42g KH, 8,83g Zucker, 28,19g Eiweiß, 2,35g Salz	809 kJ, 192 kcal, 4,95g Fett, 0,63g ges. FS, 30,71g KH, 6,33g Zucker, 3,65g Eiweiß, 0,79g Salz	809 kJ, 192 kcal, 4,95g Fett, 0,63g ges. FS, 30,71g KH, 6,33g Zucker, 3,65g Eiweiß, 0,79g Salz	184 kJ, 44 kcal, 1,2g Fett, 0,88g ges. FS, 7,2g KH, 5,8g Zucker, 0,88g Eiweiß, 0,05g Salz
Dienstag 27.10.2026	Buchstabensuppe ^{a,a1,c}	Rindergulasch nach ungarischer Art in brauner Paprikasauce mit Spirallinudeln ^{a,a1}	Vollkornspirelli in Gemüsegulasch ^{a,a1}	Vollkornspirelli in Gemüsegulasch ^{a,a1}	Sahnepudding mit Schokohauben ^g
Nährwerte	160 kJ, 38 kcal, 0,38g Fett, 0,12g ges. FS, 6,89g KH, 0,34g Zucker, 1,52g Eiweiß, 0,12g Salz	2432 kJ, 580 kcal, 18,9g Fett, 4,62g ges. FS, 58,8g KH, 2,94g Zucker, 27,72g Eiweiß, 3,44g Salz	2057 kJ, 492 kcal, 7,11g Fett, 0,92g ges. FS, 88,55g KH, 10,7g Zucker, 16,2g Eiweiß, 4,25g Salz	2057 kJ, 492 kcal, 7,11g Fett, 0,92g ges. FS, 88,55g KH, 10,7g Zucker, 16,2g Eiweiß, 4,25g Salz	724 kJ, 173 kcal, 8,25g Fett, 5,42g ges. FS, 20,86g KH, 15,46g Zucker, 3,7g Eiweiß, 0,23g Salz
Mittwoch 28.10.2026	Klare Brühe mit Spargelstücken ⁱ	Gefüllte Hähnchenbrust mit Soße, Gemüse und Rösti ^{g,j,i}	Kartoffel-Gemüseeeintopf mit Klößchen ^{a,a1,c,g,i}	Kartoffel-Gemüseeeintopf mit Klößchen ^{a,a1,c,g,i}	Mangocreme ^g
Nährwerte	123 kJ, 30 kcal, 0,35g Fett, 0,13g ges. FS, 3,14g KH, 2,39g Zucker, 3,21g Eiweiß, 0,04g Salz	2415 kJ, 580 kcal, 35,30g Fett, 9,05g ges. FS, 34,60g KH, 7,70g Zucker, 25,74g Eiweiß, 3,30g Salz	1045 kJ, 250 kcal, 8,80g Fett, 2,72g ges. FS, 32,01g KH, 6,60g Zucker, 7,63g Eiweiß, 1,77g Salz	1045 kJ, 250 kcal, 8,80g Fett, 2,72g ges. FS, 32,01g KH, 6,60g Zucker, 7,63g Eiweiß, 1,77g Salz	470 kJ, 112 kcal, 4,08g Fett, 2,76g ges. FS, 15,6g KH, 13,2g Zucker, 3,12g Eiweiß, 0,16g Salz
Donnerstag 29.10.2026	Eierflockensuppe ^c	Spaghetti Bolognese mit Hartkäse und Salat ^{1,2,a,a1,a3,f,g,i}	Linsen-Gemüse-Bolognese Spaghetti ^{a,a1,i}	Linsen-Gemüse-Bolognese Spaghetti ^{a,a1,i}	Zwetschgendessert ³
Nährwerte	38 kJ, 9 kcal, 0,51g Fett, 0,17g ges. FS, 0,44g KH, 0,32g Zucker, 0,71g Eiweiß, 0,05g Salz	2587 kJ, 616 kcal, 19,73g Fett, 7,13g ges. FS, 65,84g KH, 8,72g Zucker, 38,85g Eiweiß, 2,63g Salz	1659 kJ, 394 kcal, 6,7g Fett, 0,4g ges. FS, 66g KH, 3,9g Zucker, 17,1g Eiweiß, 2,5g Salz	1659 kJ, 394 kcal, 6,7g Fett, 0,4g ges. FS, 66g KH, 3,9g Zucker, 17,1g Eiweiß, 2,5g Salz	232 kJ, 55 kcal, 0,12g Fett, 0,12g ges. FS, 11,28g KH, 9g Zucker, 0,36g Eiweiß, 0,12g Salz
Freitag 30.10.2026	Wirsing-Cremesuppe ⁱ	Gebratene Schollenfilet mit Gemüsewürfeln und Dillkartoffeln ^{a,a1,d,g,i}	Quarkstrudel mit heißen Pflaumen ^{3,a,a1,c,g}	Quarkstrudel mit heißen Pflaumen ^{3,a,a1,c,g}	Mandarinen- Dessert ^g
Nährwerte	266 kJ, 64 kcal, 3,85g Fett, 0,39g ges. FS, 3,83g KH, 3,71g Zucker, 3,45g Eiweiß, 0,11g Salz	1793 kJ, 429 kcal, 15,87g Fett, 7,22g ges. FS, 44,51g KH, 4,64g Zucker, 23,58g Eiweiß, 1,24g Salz	1813 kJ, 431 kcal, 11,84g Fett, 5,52g ges. FS, 62,43g KH, 34,2g Zucker, 16,4g Eiweiß, 0,58g Salz	1813 kJ, 431 kcal, 11,84g Fett, 5,52g ges. FS, 62,43g KH, 34,2g Zucker, 16,4g Eiweiß, 0,58g Salz	641 kJ, 152 kcal, 6,12g Fett, 3,96g ges. FS, 21,6g KH, 18g Zucker, 3g Eiweiß, 0,16g Salz
Samstag 31.10.2026	Wurzelgemüsesuppe ⁱ	Thüringer Bratwurst in Zwiebel- Senfsoße mit Kartoffelpüree ^{g,j}	siehe Menü 1	Vegetarische Bratwurst in Zwiebelsoße mit Kartoffelstampf ^{a,a1,c,g}	Joghurtcreme mit Streusel ^{a,a1,g}
Nährwerte	145 kJ, 35 kcal, 0,2g Fett, 0g ges. FS, 5,3g KH, 4,7g Zucker, 1,3g Eiweiß, 0,12g Salz	2119 kJ, 512 kcal, 36,77g Fett, 12,06g ges. FS, 22,96g KH, 3,23g Zucker, 19,17g Eiweiß, 1,86g Salz		2135 kJ, 514 kcal, 33,29g Fett, 8,45g ges. FS, 33,14g KH, 3,31g Zucker, 17,33g Eiweiß, 2,82g Salz	1441 kJ, 344 kcal, 19,21g Fett, 13,31g ges. FS, 37,40g KH, 35,37g Zucker, 4,90g Eiweiß, 0,17g Salz
Sonntag 01.11.2026	Rinderkraftbrühe mit Eierstich ^{c,g}	Mit Gemüse gefüllter Schweinebraten, Karotten & Knödel ^{g,i}	siehe Menü 1	Blumkohl-Käse-Medallion, Basilikumrahmsauce und Kartoffelpüree ^{a,a1,c,g,i}	Cappuccinomousse ^{17,g}
Nährwerte	120 kJ, 29 kcal, 1,72g Fett, 0,62g ges. FS, 1,22g KH, 0,59g Zucker, 2,09g Eiweiß, 0,31g Salz	1963 kJ, 467 kcal, 18,27g Fett, 9,26g ges. FS, 33,56g KH, 13,44g Zucker, 36,15g Eiweiß, 1,31g Salz		1631 kJ, 389 kcal, 12,58g Fett, 5,76g ges. FS, 52,8g KH, 6,04g Zucker, 15,28g Eiweiß, 4,28g Salz	574 kJ, 137 kcal, 5,88g Fett, 4,16g ges. FS, 15,44g KH, 12,64g Zucker, 5,26g Eiweiß, 0,24g Salz

Zusatzstoffe und Allergene: 1 = mit Farbstoff/en, 17 = koffeinhaltig, 2 = konserviert, 3 = mit Antioxidationsmittel, 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), h = Schalenfrüchte und daraus gewonnene Erzeugnisse, h2 = Haselnüsse, i = Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, j = Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse, l = Schwefeldioxid und Sulfite > 10 mg/kg oder 10mg/l

Änderung vorbehalten

Bei Fragen, Bestelländerungen oder bestehenden Allergien, können Sie uns gerne unter der Tel.: 07836 / 93 93-14 kontaktieren.