


# Fortlaufender Fünf-Wochen-Speiseplan 01. Jan. bis 02. Febr. 2023

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
01.-05.	<b>Neujahr</b> 	Geflügelragout mit Nudeln <b>und</b> Reis <b>1 / 3 / 7</b> <i>Rohkost</i>	Westfälische Kartoffelsuppe mit frischem Stuten <b>1 / 3</b> <i>Dessert / Obst</i>	Fischfrikadelle mit Butterkartoffeln <b>und</b> Kartoffelspalten <b>1 / 3</b> <i>Salatbuffet / Rohkost</i>	Zartes Rindergulasch mit Spätzle <b>und</b> Bratkartoffeln und Gemüse <b>1 / 3 / 7</b>
08.-12.	Sahnige Gemüse-Lasagne <b>1 / 3 / 7</b> <i>Dessert / Obst</i>	Hamburger (Hacksteak) mit Buns <b>und</b> Kartoffelspalten Gurken / Tomaten / Salat und Dipp / Ketchup 😊 <b>1 / 3 / 7</b>	Paniertes Fisch-Filet mit leichter Senfsoße und kleinen Kartoffeln <b>1 / 3 / 10</b>	Tomatensuppentopf mit Reis und Gemüse dazu Baguette <b>1 / 3</b> <i>Dessert / Obst</i>	Gyrospfanne mit Rösti <b>und</b> Schleifennudeln <b>1 / 3 / 7</b> <i>Salatbuffet / Rohkost</i>
15.-19.	Schaschliktopf mit Nudeln <b>und</b> Reis <b>1 / 3 / 7</b> <i>Salatbuffet / Rohkost</i>	Linseneintopf für Seefrauen und Seemänner mit Kartoffeln und Gemüse <i>Dessert / Obst</i>	Bolognese-Soße mit Pasta-Auswahl <b>1 / 3</b> <i>Salatbuffet / Rohkost</i>	Kaiserschmarrn mit Zimt-Zucker <b>1 / 3 / 7</b> <i>Apfelmus</i>	Knusper-Fischnuggets mit Kartoffel-Möhren-Gemüse <b>und</b> bunten Nudeln (Tomatensoße) <b>1 / 3 / 7</b>
22.-26.	Tortellini-Gemüse-Auflauf <b>und</b> bunter Kartoffel-Gemüse-Auflauf <b>7</b> <i>Dessert / Obst</i>	Hackfleisch-Gemüse-Bällchen in Rahmsoße mit Reis <b>und</b> bunten Nudeln <b>1 / 3 / 7</b>	Fischstäbchen mit Stampfkartoffeln <b>und</b> Gemüse-Risotto <b>1 / 3</b> <i>Salatbuffet / Rohkost</i>	Hühnerfrikassee mit grünen Erbsen und Reis <b>7</b>	Gemüse-Cremesuppe mit frischem Stuten <b>1 / 3 / 7</b> <i>Dessert / Obst</i>
29.-02.	Fischhappen im Backteig mit Schwenkartoffeln <b>und</b> Butternudeln (Curry-Soße) <b>1 / 3 / 7</b> <i>Salatbuffet / Rohkost</i> <b>alternativ: Rahmspinat</b>	Gemüseauswahl mit Hollandaise und Schupfnudeln <b>7</b> <i>Dessert / Obst</i>	Döner Kebab mit Country-Potatoes <b>und</b> Kartoffelpüree (Soße) <b>1 / 3 / 7</b> <i>Salatbuffet / Rohkost</i>	Erbseneintopf mit Bauernbrot <b>1 / 3</b> <i>Dessert / Obst</i>	Rindergeschnetzeltes mit Butterknöpfchen <b>und</b> Reis und Gemüse <b>1 / 3</b>

Legende:



Geflügelgericht



Fischgericht



vegetarisches Gericht



Eintopfgericht



Rindfleischgericht



Süßes Gericht