

## BESTELLWOCHE 47 VOM 17.11.2025 - 23.11.2025

| Menü                                           | Vollkost 1                                                                                                                                         | Vollkost 2                                                                                                                                        | Leichte Kost                                                                                                                             | Pürierte Kost                                                                                                                            | kleines Menü 1                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Montag</b><br>17.11.25                      | Tiegelwurst a<br>Sauerkrautgemüse g,j,l,4,7<br>Erbsenpüree g<br>Vanillecremedessert g<br>915 kcal 4.10 BE KH 48.93 g                               | Kartoffelsuppe, Sächsischer Art i,l,7<br>2 Wiener Würstchen i,j,9<br>1 Mischbrotscheibe a<br>Vanillecremedessert g<br>661 kcal 4.82 BE KH 57.69 g | Fischgulasch in Kräutersoße a,d,g<br>Mischgemüse Fitness g<br>Salzkartoffeln i<br>Vanillecremedessert g<br>414 kcal 2.79 BE KH 32.98 g   | Fischgulasch in Kräutersoße a,d,g<br>Mischgemüse Fitness g<br>Salzkartoffeln i<br>Vanillecremedessert g<br>414 kcal 2.79 BE KH 32.98 g   | Tiegelwurst a<br>Sauerkrautgemüse g,j,l,4,7<br>Erbsenpüree g<br>Vanillecremedessert g<br>746 kcal 3.29 BE KH 39.11 g                               |
| <b>Dienstag</b><br>18.11.25                    | 2 Kochklops Königsb. Art a,c,g,j,1<br>Fingermöhren g<br>Salzkartoffeln i<br>Fruchtcocktaildessert<br>487 kcal 4.80 BE KH 57.97 g                   | Hähnchengeschnetzel., Currysoße a,c,g,i<br>Broccoligemüse g<br>Jasmin Duftreis<br>Fruchtcocktaildessert<br>531 kcal 5.47 BE KH 65.61 g            | Milchreis g<br>1 Zucker & Zimt Portion<br>Fruchtcocktaildessert<br>709 kcal 10.14 BE KH 121.75 g                                         | Milchreis g<br>1 Zucker & Zimt Portion<br>Fruchtcocktaildessert<br>709 kcal 10.14 BE KH 121.75 g                                         | 2 Kochklops Königsb. Art a,c,g,j,1<br>Fingermöhren g<br>Salzkartoffeln i<br>Fruchtcocktaildessert<br>383 kcal 4.15 BE KH 50.00 g                   |
| <b>Mittwoch</b><br>19.11.25<br><b>Feiertag</b> | Wellfleisch, Majoransoße a,g<br>Bayrisch-Kraut 7<br>2 Kartoffelklöße 6<br>Birnenwürfelkompott<br>695 kcal 4.44 BE KH 53.51 g                       | Wellfleisch, Majoransoße a,g<br>Bayrisch-Kraut 7<br>Salzkartoffeln i<br>Birnenwürfelkompott<br>628 kcal 3.41 BE KH 40.94 g                        | Geflügelfrikadelle, Soße a,c,f,g,i,j<br>Mischgemüse mit Mais g<br>Kartoffelpüree g<br>Birnenwürfelkompott<br>480 kcal 5.22 BE KH 62.90 g | Geflügelfrikadelle, Soße a,c,f,g,i,j<br>Mischgemüse mit Mais g<br>Kartoffelpüree g<br>Birnenwürfelkompott<br>480 kcal 5.22 BE KH 62.90 g | Wellfleisch, Majoransoße a,g<br>Bayrisch-Kraut 7<br>2 Kartoffelklöße 6<br>Birnenwürfelkompott<br>579 kcal 3.17 BE KH 38.27 g                       |
| <b>Donnerstag</b><br>20.11.25                  | Champignoncremesuppe<br>2 Eierkuchen Hausm. a,c,g<br>2 Zuckerportionen<br>Apfelmusdessert 4<br>748 kcal 7.21 BE KH 86.30 g                         | Hackbraten, Jägersoße a,g,i,j,2,5<br>Rahmporee a,g<br>Kartoffelpüree g<br>Apfelmusdessert 4<br>507 kcal 4.72 BE KH 56.74 g                        | Saure Kartoffelstücke mit<br>Jagdwurstwürfeln a,f,j,l,1,4<br>1 Mischbrotscheibe a<br>Apfelmusdessert 4<br>466 kcal 5.88 BE KH 70.59 g    | Saure Kartoffelstücke mit<br>Jagdwurstwürfeln a,f,j,l,1,4<br>1 Mischbrotscheibe a<br>Apfelmusdessert 4<br>466 kcal 5.88 BE KH 70.59 g    | Champignoncremesuppe<br>2 Eierkuchen Hausm. a,c,g<br>2 Zuckerportionen<br>Apfelmusdessert 4<br>606 kcal 5.92 BE KH 70.96 g                         |
| <b>Freitag</b><br>21.11.25                     | Pangasius geb., Kräutersoße a,c,d,g<br>Buntes Mischgemüse g<br>Salzkartoffeln i<br>Grießflammerie, Schokosoße a,g,5<br>571 kcal 4.70 BE KH 56.38 g | Schweineschnitzel, Soße a,c,e,f,g,i<br>Erbsen g<br>Salzkartoffeln i<br>Grießflammerie, Schokosoße a,g,5<br>638 kcal 5.31 BE KH 63.81 g            | Pilz Soljanka a,g,j,l,1<br>1 Mischbrotscheibe a<br>Grießflammerie, Schokosoße a,g,5<br>390 kcal 5.01 BE KH 60.86 g                       | Pilz Soljanka a,g,j,l,1<br>1 Mischbrotscheibe a<br>Grießflammerie, Schokosoße a,g,5<br>390 kcal 5.01 BE KH 60.86 g                       | Pangasius geb., Kräutersoße a,c,d,g<br>Buntes Mischgemüse g<br>Salzkartoffeln i<br>Grießflammerie, Schokosoße a,g,5<br>528 kcal 4.20 BE KH 50.23 g |
| <b>Samstag</b><br>22.11.25                     | Weißkrauteintopf<br>mit Rindfleisch a,f,i<br>1 Mischbrotscheibe a<br>Joghurtdessert Erdbeer g,1<br>385 kcal 4.15 BE KH 50.03 g                     | Möhreneintopf mit Rindfleisch a,f,i<br>1 Mischbrotscheibe a<br>Joghurtdessert Erdbeer g,1<br>385 kcal 4.55 BE KH 55.03 g                          | Möhreneintopf mit Rindfleisch a,f,i<br>1 Mischbrotscheibe a<br>Joghurtdessert Erdbeer g,1<br>385 kcal 4.55 BE KH 55.03 g                 | Möhreneintopf mit Rindfleisch a,f,i<br>1 Mischbrotscheibe a<br>Joghurtdessert Erdbeer g,1<br>385 kcal 4.55 BE KH 55.03 g                 | Weißkrauteintopf<br>mit Rindfleisch a,f,i<br>1 Mischbrotscheibe a<br>Joghurtdessert Erdbeer g,1<br>305 kcal 3.07 BE KH 37.03 g                     |
| <b>Sonntag</b><br>23.11.25                     | 1 Hähnchenkeule, Soße a,g<br>Rotkohlgemüse 7<br>Salzkartoffeln i<br>Mandarinenkompott<br>640 kcal 4.14 BE KH 49.70 g                               | 1 Hähnchenkeule, Soße a,g<br>Rotkohlgemüse 7<br>Salzkartoffeln i<br>Mandarinenkompott<br>640 kcal 4.14 BE KH 49.70 g                              | Kalbsgulasch, Soße a,j<br>Rahmkohlrabigemüse c,g<br>Salzkartoffeln i<br>Mandarinenkompott<br>387 kcal 4.01 BE KH 48.04 g                 | Kalbsgulasch, Soße a,j<br>Rahmkohlrabigemüse c,g<br>Salzkartoffeln i<br>Mandarinenkompott<br>387 kcal 4.01 BE KH 48.04 g                 | 1 Hähnchenkeule, Soße a,g<br>Rotkohlgemüse 7<br>Salzkartoffeln i<br>Mandarinenkompott<br>605 kcal 3.61 BE KH 43.22 g                               |

Zusatzstoffe [Angaben in eckigen Klammern] 0=Cyclamat; 1=Saccarin; 2=Farbstoff; 3=Konservierungsstoffe;

4=Antioxidationsmittel; 5=Geschmacksverstärker; 6=geschwefelt; 7=geschwärzt; 8=gewachst; 9=Phosphate;

a=Gluten; b=Krebstiere; c=Eier; d=Fisch; e=Erdnüsse; f=Soja; g=Milch; h=Schalenfrüchte; i=Sellerie; j=Senf; k=Sesamsamen; l=Sulfite; m=Lupine; n=Weichtiere

Wir verwenden nur Jodsalz, da wir an Ihre Gesundheit denken!

**\* kleine Portionen nur aus Menü 1 möglich**

Küchenleitung - ASB Zwickau

## BESTELLWOCHE 48 VOM 24.11.2025 - 30.11.2025

| Menü                          | Vollkost 1                                                                                                                    | Vollkost 2                                                                                                                    | Leichte Kost                                                                                                         | Pürierte Kost                                                                                                        | kleines Menü 1                                                                                                                |
|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Montag</b><br>24.11.25     | Frikadelle, Pilzsoße a,c,e,f,g,i,2,5<br>Kaisergemüse g<br>Kartoffelpüree g<br>Joghurt Stracciatella g                         | Butterspätzle a,c,g<br>Schinkensahnesoße a,c,g,i,9<br>Broccoligemüse g<br>Joghurt Stracciatella g                             | Lachsstreifen, Kräutersoße a,c,d,g<br>Broccoligemüse g<br>Langkornreis g<br>Joghurt Stracciatella g                  | Lachsstreifen, Kräutersoße a,c,d,g<br>Broccoligemüse g<br>Langkornreis g<br>Joghurt Stracciatella g                  | Frikadelle, Pilzsoße a,c,e,f,g,i,2,5<br>Kaisergemüse g<br>Kartoffelpüree g<br>Joghurt Stracciatella g                         |
|                               | 587 kcal 4.02 BE KH 48.56 g                                                                                                   | 715 kcal 4.34 BE KH 52.22 g                                                                                                   | 551 kcal 3.38 BE KH 40.66 g                                                                                          | 551 kcal 3.38 BE KH 40.66 g                                                                                          | 529 kcal 3.39 BE KH 40.96 g                                                                                                   |
| <b>Dienstag</b><br>25.11.25   | Hähnchencordonbleu, Geflügelsoße a,g<br>Mischgemüse bunt g<br>Salzkartoffeln i<br>Erdbeerquarkdessert g,1                     | Linseneintopf mit Rauchfleischwürfel a,f,i,3,4<br>1 Mischbrotscheibe a<br>Erdbeerquarkdessert g,1                             | Bandnudeln a,c,g<br>Pesto Sahnesoße a,g,m<br>Ratatouillegemüse<br>Erdbeerquarkdessert g,1                            | Bandnudeln a,c,g<br>Pesto Sahnesoße a,g,m<br>Ratatouillegemüse<br>Erdbeerquarkdessert g,1                            | Hähnchencordonbleu, Geflügelsoße a,g<br>Mischgemüse bunt g<br>Salzkartoffeln i<br>Erdbeerquarkdessert g,1                     |
|                               | 695 kcal 5.04 BE KH 60.12 g                                                                                                   | 657 kcal 7.59 BE KH 91.01 g                                                                                                   | 307 kcal 2.58 BE KH 30.93 g                                                                                          | 307 kcal 2.58 BE KH 30.93 g                                                                                          | 658 kcal 4.67 BE KH 55.78 g                                                                                                   |
| <b>Mittwoch</b><br>26.11.25   | Rostbratwurst, Bratensoße a,e,f,i,9<br>Sauerkrautgemüse g,j,i,4,7<br>Salzkartoffeln i<br>Apfelkompott mit Vanillesoße g       | Hähnchensteak, Geflügelsoße g<br>Leipziger Allerlei g<br>Salzkartoffeln i<br>Apfelkompott mit Vanillesoße g                   | Grießbrei a,g,1,5<br>1 Zucker & Zimt Portion<br>Apfelkompott mit Vanillesoße g                                       | Grießbrei a,g,1,5<br>1 Zucker & Zimt Portion<br>Apfelkompott mit Vanillesoße g                                       | Rostbratwurst, Bratensoße a,e,f,i,9<br>Sauerkrautgemüse g,j,i,4,7<br>Salzkartoffeln i<br>Apfelkompott mit Vanillesoße g       |
|                               | 658 kcal 3.44 BE KH 41.05 g                                                                                                   | 430 kcal 3.52 BE KH 42.07 g                                                                                                   | 465 kcal 5.00 BE KH 59.72 g                                                                                          | 465 kcal 5.00 BE KH 59.72 g                                                                                          | 617 kcal 2.86 BE KH 34.06 g                                                                                                   |
| <b>Donnerstag</b><br>27.11.25 | Gulasch Szegediner Art, Soße a,g,j,4<br>2 Knödelscheiben a<br>Sahnepudding, Fruchtsoße g                                      | Rührei c,g<br>Rahmspinat g<br>Salzkartoffeln i<br>Sahnepudding, Fruchtsoße g                                                  | Seelachs Tomate paniert., Soße a,g<br>Kräuterkarottengemüse g<br>Salzkartoffeln i<br>Sahnepudding, Fruchtsoße g      | Seelachs Tomate paniert., Soße a,g<br>Kräuterkarottengemüse g<br>Salzkartoffeln i<br>Sahnepudding, Fruchtsoße g      | Gulasch Szegediner Art, Soße a,g,j,4<br>2 Knödelscheiben a<br>Sahnepudding, Fruchtsoße g                                      |
|                               | 567 kcal 3.62 BE KH 43.44 g                                                                                                   | 505 kcal 3.09 BE KH 36.79 g                                                                                                   | 230 kcal 3.20 BE KH 38.56 g                                                                                          | 230 kcal 3.20 BE KH 38.56 g                                                                                          | 504 kcal 3.22 BE KH 38.45 g                                                                                                   |
| <b>Freitag</b><br>28.11.25    | Schweinekrustenbraten, Soße a,j,i<br>Rosenkohlgemüse g<br>Salzkartoffeln i<br>Chinakohlsalat mit Gurke j,1                    | 2 Geflügel-Bratwurst a,c,f,g,h,n,3<br>Grünkohlgemüse g<br>Salzkartoffeln i<br>Chinakohlsalat mit Gurke j,1                    | Eiermedallion Dillsöße a,c,g,4<br>Minimöhren-Erbsengemüse g<br>Kartoffelpüree g<br>Chinakohlsalat mit Gurke j,1      | Eiermedallion Dillsöße a,c,g,4<br>Minimöhren-Erbsengemüse g<br>Kartoffelpüree g<br>Chinakohlsalat mit Gurke j,1      | Schweinekrustenbraten, Soße a,j,i<br>Rosenkohlgemüse g<br>Salzkartoffeln i<br>Chinakohlsalat mit Gurke j,1                    |
|                               | 263 kcal 2.27 BE KH 27.10 g                                                                                                   | 552 kcal 2.07 BE KH 24.67 g                                                                                                   | 443 kcal 3.79 BE KH 45.63 g                                                                                          | 443 kcal 3.79 BE KH 45.63 g                                                                                          | 221 kcal 1.98 BE KH 23.52 g                                                                                                   |
| <b>Samstag</b><br>29.11.25    | Gräupcheneintopf mit Kartoffel, Kaßlerfleisch und Kohlrabi a,f,i,3,4<br>1 Mischbrotscheibe a<br>Joghurtdessert Heidelbeer g,1 | Gräupcheneintopf mit Kartoffel, Kaßlerfleisch und Kohlrabi a,f,i,3,4<br>1 Mischbrotscheibe a<br>Joghurtdessert Heidelbeer g,1 | Teigreiseintopf mit Geflügel Gemüse und Eierflocken a,c,f,i<br>1 Mischbrotscheibe a<br>Joghurtdessert Heidelbeer g,1 | Teigreiseintopf mit Geflügel Gemüse und Eierflocken a,c,f,i<br>1 Mischbrotscheibe a<br>Joghurtdessert Heidelbeer g,1 | Gräupcheneintopf mit Kartoffel, Kaßlerfleisch und Kohlrabi a,f,i,3,4<br>1 Mischbrotscheibe a<br>Joghurtdessert Heidelbeer g,1 |
|                               | 470 kcal 6.00 BE KH 72.38 g                                                                                                   | 470 kcal 6.00 BE KH 72.38 g                                                                                                   | 470 kcal 5.55 BE KH 66.78 g                                                                                          | 470 kcal 5.55 BE KH 66.78 g                                                                                          | 382 kcal 4.73 BE KH 57.15 g                                                                                                   |
| <b>Sonntag</b><br>30.11.25    | Schweineroulade, Soße a,i,j<br>Butterbohngemüse g<br>2 Grüne Klöße 3,6<br>Mangokaltschale                                     | Schweineroulade, Soße a,i,j<br>Butterbohngemüse g<br>Salzkartoffeln i<br>Mangokaltschale                                      | Gemüseschnitzel, Soße a,c,e,f,g,i<br>rot-gelbes Karottengemüse g<br>Salzkartoffeln i<br>Mangokaltschale              | Gemüseschnitzel, Soße a,c,e,f,g,i<br>rot-gelbes Karottengemüse g<br>Salzkartoffeln i<br>Mangokaltschale              | Schweineroulade, Soße a,i,j<br>Butterbohngemüse g<br>2 Grüne Klöße 3,6<br>Mangokaltschale                                     |
|                               | 475 kcal 3.87 BE KH 46.49 g                                                                                                   | 446 kcal 3.38 BE KH 40.45 g                                                                                                   | 819 kcal 3.62 BE KH 43.39 g                                                                                          | 819 kcal 3.62 BE KH 43.39 g                                                                                          | 408 kcal 2.84 BE KH 34.17 g                                                                                                   |

Zusatzstoffe [Angaben in eckigen Klammern] 0=Cyclamat; 1=Saccarin; 2=Farbstoff; 3=Konservierungsstoffe;

4=Antioxidationsmittel; 5=Geschmacksverstärker; 6=geschwefelt; 7=geschwärzt; 8=gewachst; 9=Phosphate;

a=Gluten; b=Krebstiere; c=Eier; d=Fisch; e=Erdnüsse; f=Soja; g=Milch; h=Schalenfrüchte; i=Sellerie; j=Senf; k=Sesamsamen; l=Sulfite; m=Lupine; n=Weichtiere

Wir verwenden nur Jodsalz, da wir an Ihre Gesundheit denken!

**\* kleine Portionen nur aus Menü 1 möglich**

Küchenleitung - ASB Zwickau