



Bezirksverband
Oberbayern e.V.

Auf der Alm da gibt's koa Sünd

Speiseplan vom 19.10.2026 - 25.10.2026

Tag	A Essen	B Essen
Montag, 19.10.2026	Brokkolicremesuppe ^{13,19,G1,G,L} Lasagne ^{A,A1,C,F,G,J} Radisalat 448 kcal, 17,3 g Fett, 49,3 g KH, 21,4 g Eiweiß	Brokkolicremesuppe ^{13,19,G1,G,L} Vegetarisches Kartoffelgulasch ^{12,A,A1,I} Radisalat 242 kcal, 5,1 g Fett, 21,5 g KH, 4,9 g Eiweiß
Dienstag, 20.10.2026	Bortsch Suppe ^{5,12} Putencurry in Kokossoße Basmatireis 416 kcal, 12,8 g Fett, 47,1 g KH, 27 g Eiweiß	Bortsch Suppe ^{5,12} Linseneintopf ^I 131 kcal, 1 g Fett, 19,4 g KH, 7,9 g Eiweiß
Mittwoch, 21.10.2026	Kürbiscremesuppe ^{13,19,G1,G,L} Regensburger ^{1,2,16} Kartoffelpüree ^{G1,G} Sauerkraut 372 kcal, 2,6 g Fett, 14 g KH, 3,5 g Eiweiß	Kürbiscremesuppe ^{13,19,G1,G,L} Salatteller mit Thunfisch ^{2,C,D,J} 376 kcal, 10,1 g Fett, 24,6 g KH, 24,1 g Eiweiß
Donnerstag, 22.10.2026	Muschelnudelsuppe ^{A,A1,C} Hackbällchen ^{A,A1,C,J} Rahmsoße ^{12,19,A,A1,G1,G,I} Kroketten ^{G1,G} Bohnensalat 692 kcal, 33,3 g Fett, 61,9 g KH, 28 g Eiweiß	Muschelnudelsuppe ^{A,A1,C} Matjes Hausfrauen Art ^{2,5,19,A,A1,G1,C,G,J} Salzkartoffeln ¹² 414 kcal, 27 g Fett, 35,1 g KH, 5,8 g Eiweiß
Freitag, 23.10.2026	Zucchini cremesuppe ^{13,19,G1,G,L} Seelachs gebacken ^{A,A1,D,G,J} Kartoffelsalat ^J Sc.Remoulade ^{2,5,A,A1,C,J} Blattsalat 620 kcal, 33,2 g Fett, 50,7 g KH, 27,3 g Eiweiß	Zucchini cremesuppe ^{13,19,G1,G,L} Tortellini ^{A,A1,C,F,G,J} Tomatensoße Blattsalat 715 kcal, 6,6 g Fett, 87,3 g KH, 19,5 g Eiweiß
Samstag, 24.10.2026	Apfelstrudel ^{2,A,A1,G1,C,G,H,H2} Vanillesoße ^{A,A1,A2,A3,A4,A5,A6,G1,C,G,H,H1,H2,H3,H7} Obstcocktail ¹² 620 kcal, 5,6 g Fett, 52,9 g KH, 9,1 g Eiweiß	Saures Lüngel ^{12,A,A1,G,I} Serviettenknödel ^{A,A1,A5,G1,C,G} Obstcocktail ¹² 380 kcal, 9 g Fett, 59,7 g KH, 10,4 g Eiweiß
Sonntag, 25.10.2026	Blumenkohl cremesuppe ^{13,19,G1,G,L} Schweineschulter in Senfsoße ^{12,A,A1,I,J} Hörnchennudeln ^{A,A1,C} Kaisergemüse ^{G1,G} 466 kcal, 7,5 g Fett, 34 g KH, 8,8 g Eiweiß	Blumenkohl cremesuppe ^{13,19,G1,G,L} Nougatknödel ^{A,A1,G1,C,G,H,H2} Zimtucker 567 kcal, 2,3 g Fett, 32,8 g KH, 2 g Eiweiß

Enthält Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxi dationsmittel; (5) mit Süßungsmitteln; (12) mit Farbstoff; (13) ge schwefelt; (16) mit Phosphat; (19) mit Milcheiweiß

Enthält Allergene: (A) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (A1) Weizen und Weizenerzeugnisse; (A2) Dinkel und Dinkelerzeugnisse; (A3) Kamut und Kamuterzeugnisse; (A4) Roggen und Roggenerzeugnisse; (A5) Gerste und Gersteerzeugnisse; (A6) Hafer und Hafererzeugnisse; (G1) Laktose; (C) Eier und -erzeugnisse; (D) Fisch und -erzeugnisse; (F) Soja und -erzeugnisse; (G) Milch und -erzeugnisse; (H) Schalenfrüchte und -erzeugnisse; (H1) Mandeln und Mandelerzeugnisse; (H2) Haselnüsse und Haselnusserzeugnisse; (H3) Walnüsse und Walnusserzeugnisse; (H7) Pistazien und Pistazienerzeugnisse; (I) Sellerie und -erzeugnisse; (J) Senf und -erzeugnisse; (L) Schwefeldioxid und Sulfide in einer Konzentration von mehr als 10mg/kg oder 10/mg/l, als SO2 angegeben

Für Änderungen wählen Sie bitte 08677 / 9789 - 224

Alle Speisen sind für Diabetiker geeignet