

Bezirksverband Oberbayern e.V.

Tanz durch die Jahrzehnte

Speiseplan vom 16.11.2026 - 22.11.2026

Tag	A Essen	B Essen
Montag, 16.11.2026	Pfannkuchensuppe A,A1,C,G Tiroler Gröstl 1,2,12,A,A1,I,J Bratensoße 12,A,A1,I Rote Beete Salat 2,13,19,G1,G	Pfannkuchensuppe A,A1,C,G Spaghetti A,A1,C vegetarische Bolognese 12,A,A1,F Rote Beete Salat 2,13,19,G1,G
	655 kcal, 23,4 g Fett, 73 g KH, 20,8 g Eiweiß	462 kcal, 6,8 g Fett, 69,4 g KH, 13 g Eiweiß
Dienstag, 17.11.2026	Maiscremesuppe A,A1,G1,G Putenfricasse A,A1,G Reis	Maiscremesuppe A,A1,G1,G mediterrane Zucchinipfanne A,A1 Reis
	455 kcal, 10,8 g Fett, 51,4 g KH, 9,6 g Eiweiß	426 kcal, 8,2 g Fett, 54,3 g KH, 10,9 g Eiweiß
Mittwoch, 18.11.2026	Muschelnudelsuppe A,A1,C Champignonrahmgulasch 12,13,19,A,A1,G1,G, Spätzle C Blattsalat	Muschelnudelsuppe A,A1,C Salamipizza 1,2,19,G1,G Blattsalat
	293 kcal, 14 g Fett, 12 g KH, 29 g Eiweiß	235 kcal, 14,3 g Fett, 13 g KH, 13,1 g Eiweiß
Donnerstag, 19.11.2026	Grünkerncremesuppe A,A2,G1,G Fleischbällchen A,A1,C,J Salzkartoffeln 12 Zigeunersoße A,A1	Grünkerncremesuppe A,A2,G1,G Kartoffelgratin mit Gemüsestreifen 19,G1,G,I
	566 kcal, 30,2 g Fett, 42,9 g KH, 28,9 g Eiweiß	276 kcal, 19 g Fett, 17,7 g KH, 7,2 g Eiweiß
Freitag, 20.11.2026	Reissuppe I Seelachs gebacken A,A1,D,G,J Kartoffelgurkensalat J	Reissuppe I Saure Leber 12,A,A1 Kartoffelstampf 19,G1,G
	382 kcal, 14 g Fett, 39,5 g KH, 22,5 g Eiweiß	396 kcal, 13,4 g Fett, 23,1 g KH, 4,4 g Eiweiß
Samstag, 21.11.2026	Blumenkohl überbacken G1,C,G Petersilienkartoffeln 12 Fruchtjoghurt G1,G	Grüner Bohnen Eintopf A,A1 Fruchtjoghurt G1,G
	305 kcal, 16,4 g Fett, 32,4 g KH, 5,1 g Eiweiß	210 kcal, 6,5 g Fett, 20,6 g KH, 5,3 g Eiweiß
Sonntag, 22.11.2026	Tomatencremesuppe A,A1 Schweinebraten 12,A,A1,I Kartoffelpüree G1,G Sauerkraut	Tomatencremesuppe A,A1 Mediterrane Makkaroni Pfanne A,A1,C
	365 kcal, 3,5 g Fett, 22,3 g KH, 4,2 g Eiweiß	562 kcal, 16,1 g Fett, 85,6 g KH, 16,6 g Eiweiß





Enthält Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxi dationsmittel; (12) mit Farbstoff; (13) geschwefelt; (19) mit Milc heiweiß
Enthält Allergene: (A) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (A1) Weizen und Weizenerzeugnisse; (A2) Dinkel und Dinkelerzeugnisse; (G1) Laktose; (C) Eier und -erzeugnisse; (D) Fisch und -erzeugnisse; (F) Soja und -erzeugnisse; (G) Milch und erzeugnisse; (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