Familienzentrum Mirow e.V. *Speiseplan Erwachsene* *Wochen vom 20.07.2026 bis 28.08.2026*

Woche	Montag	Preis in €	Dienstag	Preis in €	Mittwoch	Preis in €	Donnerstag	Preis in €	Freitag	Preis in €
20.07.-24.07.2026	Chinapfanne mit Geflügelfleischstreifen (A1,A6)	6.20 7.10	Schwedische Hackbällchen mit Kartoffeln o. Reis (A1,A7)	6.20 7.10	Sahnehering mit Kartoffeln od. Brathering mit Bratkar. und Salat (A1,A3,A7)	6.20 7.10	Hühnerfrikassee mit Reis o. Kartoffeln und Salat (A1,A3,A7)	6.20 7.10	Senf Eier mit Kartoffeln und rote Bete (A1,A3,A7)	6.20 7.10
27.07.-31.07.2026	Steak mit Kräuterbutter, Röstzwiebeln und Bratkartoffeln	6.20 7.10	Boulette mit Mischgemüse und Kartoffeln (A1,A7)	6.20 7.10	Hähnchenbrustfilet mit Kräuterrahmsoße und Kartoffeln o. Reis (A1,A7)	6.20 7.10	Schnitzel mit Gemüse und Kartoffelsalat (A1,A3,A7)	6.20 7.10	Bratwurst mit Currysoße und Kartoffelecken (A1,A7)	6.20 7.10
03.08.-07.08.2026	Kottelet Mischgemüse mit Kartoffeln (A1,A7)	6.20 7.10	Fischfilet mit Gemüse, Dillsoße und Reis o. Kartoffeln u. Salat (A1,A3,A4,A7)	6.20 7.10	Leber mit Kartoffelpüree und Röstzwiebeln (A1,A10)	6.20 7.10	Gulasch mit Nudeln und Gewürzgurke (A1)	6.20 7.10	Paprikahuhn mit Reis und Salat (A1,A3,A7)	6.20 7.10
10.08.-14.08.2026	Spaghetti mit Schinken-Sahnesoße (A1.A3.A7)	6.20 7.10	Sauerfleisch mit Bratkartoffeln oder Rührei mit Spinat u. Kart.(A1,A3,A7)	6.20 7.10	Kasseler Steak mit Champi.-Soße und Reis o. Kartoffeln (A1,A7)	6.20 7.10	Geschnetzeltes mit Spätzlen und Gemüse (A1,A17)	6.20 7.10	Leberkäse mit Spiegelei und Bratkartoffeln (A1,A3,A7)	6.20 7.10
17.08.-21.08.2026	Gyros mit Tzatziki und Reis dazu Krautsalat (A7)	6.20 7.10	Fleischstreifen in fruchtiger Ananas-Currysoße mit Reis o. Kart. (A1,A7)	6.20 7.10	Königsberger Klopse mit Kartoffeln und Salat (A1,A3)	6.20 7.10	Hähnchenkeule mit Gemüse, Soße und Kartoffeln (A1,A3,A7)	6.20 7.10	Matjes oder Sülze mit Bratkart. und Remoulade (A1,A3,A7)	6.20 7.10
24.08.-28.08.2026	Spaghetti Bolognese Salat (A1,A9)	6.20 7.10	Pellkartoffel mit Gemüse, Dip und Hähnchensteak (A7)	6.20 7.10	Gulasch Stroganoff mit Kartoffeln (3,8,A1,A10)	6.20 7.10	Hefeklöße m. Heidelbeeren o Gemüse Eintopf mit Bockwurst (A1,A9)	6.20 7.10	Sommergemüseeintopf mit Wiener und Dessert	6,20 7.10

Deklarierungspflichtige Inhaltsstoffe:
(1) Koffeinhaltig
(2) Farbstoff
(3) Süßstoff
(4) Konservierungsstoffe
(5) Chinin haltig
(6) Geschmacksverstärker
(7) Antioxidationsmittel
(8) Pökelsalz

Allergene:
(A1) Glutenhaltiges Weizen (Vorkommen bspw. In Mehlspeisen, Bier, Wurstwaren, Kuchen …)
(A2) Krebstiere (Vorkommen bspw. Suppen, Soßen, Würzpasten)
(A3) Eier
(A4) Fische
(A5) Erdnüsse
(A6) Sojabohnen
(A7) Milch
(A8) Schalenfrüchte (Nüsse)
(A9) Sellerie
(A10) Senf
(A11) Sesamsamen
(A12) Schwefeldioxid und Sulphite
(A13) Lupinen
(A14) Weichtiere

Änderungen vorbehalten!