Familienzentrum Mirow e.V. ***Speiseplan Erwachsene*** ***Wochen vom 31.08.2026 bis 09.10.2026***

Woche	Montag	Preis in €	Dienstag	Preis in €	Mittwoch	Preis in €	Donnerstag	Preis in €	Freitag	Preis in €
31.08.-04.09.2026	Steak mit Gemüse Kartoffeln und Soße (A1)	6.20 7.10	Hackschmorkohl mit Kart. o. Kartoffelpuffer mit A.-Mus (A1,A3)	6.20 7.10	Geschnetzeltes mit Reis oder Kartoffeln (A1,A7)	6.20 7.10	Fischfilet mit Gemüse und Bratkartoffeln (A3,A4,A7)	6.20 7.10	Sahnehering oder Quark mit Kartoffeln und Salat (A1,A3,A7)	6.20 7.10
07.09.-11.09.2026	Spaghetti Bolognese Salat (A1,A10)	6.20 7.10	Steak mit Letscho oder Champi.Soße dazu Reis oder Kartoffeln (A1,A7)	6.20 7.10	Zucchini-Hackpfanne mit Reis oder Kartoffeln (A1,A7)	6.20 7.10	Brathering oder Sahnehering mit Bratkartoffeln und Salat (A1,A4)	6.20 7.10	Bratwurst und Bayrisch Kraut mit Kartoffeln (A1,A7)	6.20 7.10
14.09.-18.09.2026	Boulette mit Mischgemüse und Kartoffeln (A1,A3,A7)	6.20 7.10	Nudeln mit Tomatensoße und Jägerschnitzel (3,8,A1,A10)	6.20 7.10	Kasseler Steak mit Gemüse und Bratkartoffeln (3,8,A1,A10)	6.20 7.10	Hamburger Schnitzel und Kartoffelsalat (A1,A3,A7)	6.20 7.10	Paprikahuhn mit Reis und Salat (A1,A3,A7)	6.20 7.10
21.09.-25.09.2026	Gulasch mit Nudeln Dessert (A1)	6.20 7.10	Putengeschnetzeltes mit Reis und Gemüse (A1,A3,A7)	6.20 7.10	Rippchen o. Bratwurst mit Sauerkraut und Kartoffeln (A1,A3,A7)	6.20 7.10	Hackbraten mit Mischgemüse u. Kartoffeln (3,8,A1,A10)	6.20 7.10	Senf-Eier mit Kartoffeln und Rote Beete (A1,A3,A7)	6.20 7.10
28.09.-02.10.2026	Hähnchen-Gemüsepfanne mit Spätzlen (A1,A7)	6.20 7.10	Hähnchenkeule mit Gemüse, Soße und Kartoffeln (A1,A3,A7)	6.20 7.10	Grüne Bohneneintopf mit Knacker o. Bockw. o. Hefeklöße mit Fruchts. (A1,A3,A7,A9)	6.20 7.10	Schwedische Hackbällchen dazu Reis o. Kartoffeln, Salat (A1,A3,A7)	6.20 7.10	Gebratener Fisch auf dazu Gemüse und Reis (A1,A3,A7)	6.20 7.10
05.10.-09.10.2026	Fleischstreifen mit Nudeln u. Champi.-Soße dazu Dessert (A1,A7)	6.20 7.10	Putenbraten mit Rotkohl und Kartoffeln (A1,A3,A7)	6.20 7.10	Gulasch mit Kartoffeln und Gewürzgurke (3,8,A1,A10)	6.20 7.10	Pellkartoffel mit Gemüse, Dip und Steak (A1,A7)	6.20 7.10	Steak Hawaii mit Reis oder Kartoffeln (A1,A7)	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!