



# Speisekarte

vom 19.01. bis 25.01.2026

(Änderungen vorbehalten!)



Deutsches  
Rotes  
Kreuz

Kreisverband Wanzleben e.V.

**039409 – 93460**

Mo - Fr 7 - 14 Uhr

Unsere Menüs (Vollkost und Schonkost) sind auch für Diabetiker geeignet! Menü-Preis: 7,80 € inkl. Dessert.

	Vollkost Menü 1	Schonkost Menü 2
<b>Montag</b> 19.01.	<b>Nudeleintopf</b> mit Gemüse und Hühnerfleisch <small>G, I, L</small> <u>Dessert:</u> <b>Orangen</b> <small>Kj:2959; Kcal:708; E:31; F:36,5; KH:64,3; S:1,7; BE: 5,36</small>	<b>Blumenkohl Käse-Medaillon</b> mit Kräutersauce und Kartoffeln <small>C, F, G, I, L</small> <u>Dessert:</u> <b>Orangen</b> <small>Kj:5840; Kcal:1397; E:82,7; F:86,9; KH:64; S:2,3; BE: 5,34</small>
<b>Dienstag</b> 20.01.	<b>Schweinegulasch</b> mit Kartoffelkloße <small>F, G, I, L</small> <u>Dessert:</u> <b>Fruchtquark</b> <small>Kj:5112; Kcal:1223; E:27,5; F:105; KH:41; S:2; BE: 3,41</small>	<b>Eierfrikassee</b> mit buntem Gemüse, Kartoffeln <small>A, C, G, F</small> <u>Dessert:</u> <b>Fruchtquark</b> <small>Kj:2391; Kcal:572; E:13; F:22,5; KH:88; S:1,3; BE: 7,33</small>
<b>Mittwoch</b> 21.01.	<b>Hähnchenpfanne</b> mit Gemüse und Spätzle <small>C, G, I, J, L</small> <u>Dessert:</u> <b>Kiwi</b> <small>Kj:3419; Kcal:818; E:37; F:51; KH:45; S:2,3; BE: 3,75</small>	<b>Germknödel</b> mit Vanillesoße <small>A, A1 G,</small> <u>Dessert:</u> <b>Kiwi</b> <small>Kj:3745; Kcal:896; E:17; F:20; KH:161; S:0,8; BE: 13,41</small>
<b>Donnerstag</b> 22.01.	<b>Bratwurst</b> mit Sauerkraut und Kartoffelpüree <small>G, I, J, L</small> <u>Dessert:</u> <b>Apfelmus</b> <small>Kj:2541; Kcal:608; E:31; F:36,5; KH:39,5 S:2,3; BE: 3,28</small>	<b>Hackfleischeintopf</b> mit Gemüse <small>G, I, L, F</small> <u>Dessert:</u> <b>Apfelmus</b> <small>Kj:3489; Kcal:837; E:63; F:17; KH:102; S:2; BE: 8,54</small>
<b>Freitag</b> 23.01.	<b>Brathering</b> mit Bratkartoffeln und Remoulade <small>A, D, I, J, L</small> <u>Dessert:</u> <b>Banane</b> <small>Kj:2879; Kcal:689; E:29; F:39; KH:50; S:1,6; BE: 4,17</small>	<b>Frikadelle</b> mit Mischgemüse und Kartoffeln <small>A, C, G, I, J, L</small> <u>Dessert:</u> <b>Banane</b> <small>Kj:2708; Kcal:648; E:38,3; F:30,6; KH:52,8 S:1,9; BE: 4,4</small>
<b>Samstag</b> 24.01.	<b>Würzfleisch</b> mit Reis <small>G, I, L, C</small> <u>Dessert:</u> <b>Schokoladenpudding</b> <small>Kj:1542; Kcal:369; E:39; F:0,5; KH:50,2; S:2; BE: 4,19</small>	<b>Wirsingkohlsuppe</b> mit Schweinefleisch <small>G, I, L</small> <u>Dessert:</u> <b>Schokoladenpudding</b> <small>Kj:4304; Kcal:1030; E:70; F:56,5; KH:45,7; S:2; BE: 3,81</small>
<b>Sonntag</b> 25.01.	<b>Schweinebraten</b> in Rosenkohl und Kartoffeln <small>A, C, G, I, J</small> <u>Dessert:</u> <b>Aprikosenkompott</b> <small>Kj:2487; Kcal:595; E:24,5; F:10; KH:99,5; S:2,4; BE: 8,29</small>	<b>Putenbraten</b> mit Rosenkohl und Kartoffeln <small>F, G, I, J, L</small> <u>Dessert:</u> <b>Aprikosenkompott</b> <small>Kj:2685; Kcal:642; E:49; F:11; KH:86; S:2,2; BE: 7,17</small>

Zusatzstoffe: 1 Farbstoff, 2 Konservierungsstoff, 3 Antioxidationsmittel, 4 Geschmacksverstärker, 5 geschwefelt, 6 geschwärzt, 7 Phosphat, 8 Süßungsmittel, 9 enthält eine Phenylalaninquelle,

10 zuckerreduziert

Allergene: A haltiges Gluten((A1Weizen,A2Roggen,A3Gerste,A4Hafer,A5Dinkel,A6Karrut)B Krebstiere, C enthält Hühnerei, D, Fisch E Erdnüsse Soja, G Milch & Milcherzeugnisse, H Schalenfrüchte(H1Mandeln,H2Haselnüsse,H3Walnüsse,H5Pecanüsse,H6Paranüsse,H7Pistazien, I Sellerie, J Senf, K Sesamsamen, L Schwefeldioxid, M Lupine, N Weichtiere & Erzeugnisse

Nährwertangaben: kcal Kilokalorien, F Fett; ges.F; KH Kohlenhydrate, EW Eiweiß, S Salz, BE Broteinheit, Kj Kilojoule

**Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!**



# Speisekarte

vom 26.01. bis 01.02.2026

(Änderungen vorbehalten!)



Deutsches  
Rotes  
Kreuz

Kreisverband Wanzleben e.V.

039409 – 93460

Mo - Fr 7 - 14 Uhr

Unsere Menüs (Vollkost und Schonkost) sind auch für Diabetiker geeignet! Menü-Preis: 7,80 € inkl. Dessert.

	Vollkost Menü 1	Schonkost Menü 2
<b>Montag</b> 26.01.	<p><b>Weißer Bohneneintopf</b> mit Schweinefleisch <small>G, I, L</small></p> <p><b>Dessert:</b> <b>Apfel</b></p> <p>Kj:5162; Kcal: 1235; E: 45; F:67; KH: 98,5; S:2; BE: 8,2</p>	<p><b>Gemüseschnitzel</b> mit Kräutersoße und Kartoffeln <small>C, F, G, I, L</small></p> <p><b>Dessert:</b> <b>Apfel</b></p> <p>Kj:1981; Kcal: 474; E: 28; F:16; KH: 53,5; S:1,4; BE: 4,47</p>
<b>Dienstag</b> 27.01.	<p><b>Leberragout</b> mit Kartoffelpüree <small>F, G, I, L</small></p> <p><b>Dessert:</b> <b>Pfirsichwürfel</b></p> <p>Kj:3531; Kcal: 845; E: 62,5; F:39; KH:58,5; S:2; BE: 4,87</p>	<p><b>Pasta Pfanne</b> Mit Nudeln und Gemüse, Bauchspeck <small>F, G, I, J, L,</small></p> <p><b>Dessert:</b> <b>Pfirsichwürfel</b></p> <p>Kj:1575; Kcal: 377; E: 10; F:9; KH: 64,5; S:1,9; BE: 5,38</p>
<b>Mittwoch</b> 28.01.	<p><b>Rippchen</b> mit Sauerkraut und Kartoffeln</p> <p><small>A,G, J ,L</small></p> <p><b>Dessert:</b> <b>Clementine</b></p> <p>Kj:3900; Kcal:933; E:33,5; F:48,5; KH:92; S:2; BE: 7,65</p>	<p><b>Kaiserschmarrn</b> mit Apfelmus</p> <p><small>A, G</small></p> <p><b>Dessert:</b> <b>Clementine</b></p> <p>Kj:2437; Kcal:583; E:19,6; F:7,2; KH:136; S:0,9; BE: 11,33</p>
<b>Donnerstag</b> 29.01.	<p><b>Gerd. Hähnchenbrust</b> mit Gemüse und Kartoffeln <small>A1 C G 2 3 7</small></p> <p><b>Dessert:</b> <b>Götterspeise mit Vanillesoße</b></p> <p>Kj:3337; Kcal:797; E:36,2; F52,7; KH:56,2; S:2; BE: 4,68</p>	<p><b>Soljanka</b> mit Brötchen <small>F, G, I</small></p> <p><b>Dessert:</b> <b>Götterspeise mit Vanillesoße</b></p> <p>Kj:1768; Kcal:423; E:40,5; F:18; KH: 23,5; S:1; BE: 1,95</p>
<b>Freitag</b> 30.01.	<p><b>Schupfnudel</b> mit Kasseler, Paprika und Soße <small>G I J L</small></p> <p><b>Dessert:</b> <b>Birne</b></p> <p>Kj:5630; Kcal:1347; E:67,5; F:53; KH:152,5 ;S:2; BE: 12,7</p>	<p><b>Gedünstetes Fischfilet</b> mit Dillsoße und Kartoffeln <small>F, D, G, I, J, L</small></p> <p><b>Dessert:</b> <b>Birne</b></p> <p>Kj:2080; Kcal:498; E:18,5; F:18,5; KH:73,7; S:1,4; BE: 6,15</p>
<b>Samstag</b> 31.02.	<p><b>Schaschlik Pfanne</b> mit Kartoffeln <small>G, I, L</small></p> <p><b>Dessert:</b> <b>Mandarinenkompott</b></p> <p>Kj:1731; Kcal 414; E 18; F:15; KH:51,5; S:1,7; BE: 4,28</p>	<p><b>Reissuppe</b> mit Rindfleisch <small>G, I, L</small></p> <p><b>Dessert:</b> <b>Mandarinenkompott</b></p> <p>Kj:2077; Kcal:497; E:38,5; F:20; KH:48; S:2; BE: 3,99</p>
<b>Sonntag</b> 01.02.	<p><b>Hähnchen in Knuspermantel</b> mit Kohlrabi und Kartoffeln <small>G, I, J, L</small></p> <p><b>Dessert:</b> <b>Joghurt mit Kirschen</b></p> <p>Kj:12260; Kcal:541; E 28; F:25,5; KH:47,5;S:1,9; BE: 3,95</p>	<p><b>Rinderbraten</b> mit Kohlrabi und Kartoffeln <small>A, F, G, I</small></p> <p><b>Dessert:</b> <b>Joghurt mit Kirschen</b></p> <p>Kj:2019; Kcal 483; E:33,5; F:22,5; KH:36,5; S: BE: 3,04</p>

Zusatzstoffe: 1 Farbstoff, 2 Konservierungsstoff, 3 Antioxidationsmittel, 4 Geschmacksverstärker, 5 geschwefelt, 6 geschwärtzt, 7 Phosphat, 8 Süßungsmittel, 9 enthält eine Phenylalaninquelle,  
10 zuckerreduziert

Allergene: A haltiges Gluten((A1Weizen,A2Roggen,A3Gerste,A4Hafer,A5Dinkel,A6Karrut)B Krebstiere, C enthält Hühnerei, D, Fisch E Erdnüsse Soja, G Milch & Milcherzeugnisse,  
H Schalenfrüchte(H1Mandeln,H2Haselnüsse,H3Walnüsse,H5Pecanüsse,H6Paranüsse,H7Pistazien, I Sellerie, J Senf, K Sesamsamen, L Schwefeldioxid, M Lupine, N Weichtiere & Erzeugnisse

Nährwertangaben: kcal Kilokalorien, F Fett; ges.F; KH Kohlenhydrate, EW Eiweiß, S Salz, BE Broteinheit, Kj Kilojoule

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!

**ESSEN AUF RÄDERN**



Ihr Menüdienst vom Roten Kreuz

# Bestellschein



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

Kreisverband Wanzleben e.V.



**039409 – 93460**

**Mo - Fr 7 - 14 Uhr**

Zutreffendes bitte ankreuzen!

	<b>Vollkost - Menü 1</b> (7,80 € zuzüglich 1x Lieferpauschale Ort)	<b>Schonkost – Menü 2</b> (7,80 € zuzüglich 1x Lieferpauschale Ort)
<b>04 KW</b>	<b>19.01.2026 bis 25.01.2026</b>	
Montag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dienstag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mittwoch	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Donnerstag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Freitag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Samstag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sonntag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>05 KW</b>	<b>26.01.2026 bis 01.02.2026</b>	
Montag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dienstag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mittwoch	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Donnerstag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Freitag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Samstag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sonntag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Name: .....

Straße: .....

PLZ/Ort: .....

Telefon: .....

Kundennummer: .....

Rechnungslegung:  Lastschrift  Überweisung

.....  
Unterschrift