

## Speiseplan Mittagessen

Caritas Altenhilfe  
St. Martin Rheinessen  
AZ Maria Königin



	Mittagessen Vollkost Mittagessen Diabetes	Mittagessen leichte Kost	Mittagessen vegetarische Kost
Montag 25.10.2021	Gemüsecremesuppe <b>gerollte Maultaschen a,i</b> <b>Specksauce a,g</b> <b>Salat der Saison i,j</b> Kompott	Gemüsecremesuppe <b>gerollte Maultaschen a,i</b> <b>helle Sauce a,g</b> <b>Salat der Saison i,j</b> Kompott	Gemüsecremesuppe <b>Gemüse Maultaschen a,i</b> <b>Helle Sauce a,g</b> <b>Salat der Saison i,j</b> Kompott
Dienstag 26.10.2021	Nudelsuppe a,c <b>Szegediner Gulasch a</b> <b>Kartoffelpüree g</b> Vanillepudding g mit Mangosauce	Nudelsuppe a,c <b>Gulaschtopf mit Karotten a</b> <b>Kartoffelpüree g</b> Vanillepudding g mit Mangosauce	Nudelsuppe a,c <b>Szegediner mit Tofu a</b> <b>Kartoffelpüree g</b> Vanillepudding g mit Mangosauce
Mittwoch 27.10.2021	Kartoffel- Karottencremesuppe <b>Quark-Grießauflauf</b> <b>mit Aprikosen a,c,g</b> <b>Vanillesauce g</b> Alternativ: gefüllte Kartoffel- taschen mit Rahmgemüse, Dessert (insges. a,g)	Kartoffel- Karottencremesuppe <b>Quark-Grießauflauf</b> <b>mit Aprikosen a,c,g</b> <b>Vanillesauce g</b> Alternativ: gefüllte Kartoffel- taschen mit Rahmgemüse, Dessert (insges. a,g)	Kartoffel- Karottencremesuppe <b>Quark-Grießauflauf</b> <b>mit Aprikosen a,c,g</b> <b>Vanillesauce g</b>
Donnerstag 28.10.2021	Tagessuppe <b>Spießbraten a</b> <b>Nudeln a,c</b> <b>Tomatensalat</b> Fruchtjoghurt g	Tagessuppe <b>Schweinebraten a</b> <b>Nudeln a,c</b> <b>Tomatensalat</b> Fruchtjoghurt g	Tagessuppe <b>Spinat-Käsesauce a,g</b> <b>Nudeln a,c</b> <b>Tomatensalat</b> Fruchtjoghurt g
Freitag 29.10.2021	Graupen-Gemüsesuppe <b>Heringssalat g,d</b> <b>„Hausfrauenart“</b> <b>Kartöffelchen</b> Kompott	Graupen-Gemüsesuppe <b>Kräuterquark g</b> <b>Kartöffelchen</b> Kompott	Graupen-Gemüsesuppe <b>Kräuterquark g</b> <b>Kartöffelchen</b> Kompott
Samstag 30.10.2021	<b>Linseneintopf</b> <b>Fleischwurst 3,4,8</b> Milchreis mit Erdbeersauce g	<b>Gemüseeeintopf</b> <b>Fleischwurst 3,4,8</b> Milchreis mit Erdbeersauce g	<b>Linseneintopf</b> Milchreis mit Erdbeersauce g
Sonntag 31.10.2021	Kräutercremesuppe a,g <b>Hähnchen Streifen in</b> <b>Elsässersauce a,g</b> <b>Krokketten a</b> <b>Kaisergemüse in Butter</b> Nougatcreme g,e,h	Kräutercremesuppe a,g <b>Hähnchen Streifen in</b> <b>Rahmsauce a,g</b> <b>Kartoffelpüree g</b> <b>Kaisergemüse in Butter</b> Nougatcreme g,e,h	Kräutercremesuppe a,g <b>Krokketten a</b> <b>Kaisergemüse in</b> <b>Sahnesauce</b> Nougatcreme g,e,h
	<b>Allergene</b> a = Gluten , b = Krebstiere , c = Eier , d = Fisch , e = Erdnüsse , f = Soja , g = Milch, h = Schalenfrüchte (Nüsse), i = Sellerie , j = Senf , k = Sesam , l = Schwefeldioxid und Sulphite m = Lupine, n = Weichtiere Wir verwenden jodiertes Speisesalz Änderungen vorbehalten!	Zusatzstoffe in Lebensmittel: 1 = mit Farbstoff 2 = mit Konservierungsstoff 3 = mit Antioxidationsmittel 4 = mit Geschmacksverstärker 5 = geschwefelt 6 = geschwärzt 7 = gewachst 8 = mit Phosphat 9 = mit Süßungsmittel	10 = enthält eine Phenylalaninquelle 11 = mit Alkohol 12 = Nitritpöckelsalz Da wir unsere Speisen frisch zubereiten, kann es trotz größter Vorsicht zu Kontami- nation von einzelnen Spuren nicht deklari- erter Zusatzstoffe oder Allergenen kom- men. Für näherer Information steht ihnen unser Fach-Küchenpersonal zu Verfügung. Sollten mal Allergene nicht angegeben sein, bitte nachfragen!

**Anmeldung:** per Telefon oder E-Mail bis 9:00 Uhr vormittags erforderlich. Für das Wochenende soll die Anmeldung bis zum vorhergehenden Donnerstag 14 Uhr erfolgt sein **Kontakt:** 06131 – 26554-840 oder p.mecky@caritas-altenzentrum-mainz.de