

## Speiseplan Januar

## SK 3 - Glutenfreie Kost

Wo	Menü	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
01.01. - 02.01.2026	SK3				Feiertag	
05.01. - 09.01.2026	SK3	Tomaten-Hackfleisch-Bolognese vom Rind & Mais-Spaghetti (R)	Hähnchenbrustfilet mit Soße, Möhren & Salzkartoffeln (G)	Polenta Medaillon mit Schokoladen-Kokossoße (V)	Gemüseeeintopf mit Weißkohl, Bohnen, Erbsen, Karotten, Kohlrabi, Kartoffeln & Reisbrot (V, nl)	Gedünstetes Seelachsfilet in Dillsoße, Erbsen & Kartoffelpüree (F, af)
		Energie pro Portion: 2369 kJ, 565 kcal	Energie pro Portion: 1355 kJ, 327 kcal	Energie pro Portion: 2487 kJ, 598 kcal	Energie pro Portion: 1073 kJ, 264 kcal	Energie pro Portion: 1428 kJ, 345 kcal

VielfaltMenü GmbH  
Servicecenter Wolfen  
Sonnenallee 17-21, 06766 Bitterfeld-Wolfen OT Thalheim  
Tel.: (03494) 6694400 Mail: servicecenter@vielfaltmenue.com

Name der Einrichtung:	Telefonnummer:
Kundennummer:	Datum / Unterschrift:

Legende: Zusatzstoffe: 1 – mit Farbstoff, 2 – mit Konservierungsstoff, 3 – mit Antioxidationsmittel, 4 – mit Geschmacksverstärker, 5 – mit einer Zuckerart und Süßungsmittel(n), 7 – mit Phosphat, 8 – gewachst, 15 – mit Nitritpökelsalz, 17 – mit Eiklar (bei Fleischerzeugnissen), 23 – mit Knoblauch; Allergene: aw – enthält glutenhaltiges Getreide\* (Überbegriff), uw – enthält Weizen\*, nr – enthält Roggen\*, gb – enthält Gerste\*, go – enthält Hafer\*, gs – enthält Dinkel\*, gk – enthält Kamut\*, ax – enthält Hybridstämme\*, ac – enthält Krebstiere\*, ae – enthält Eier\*, af – enthält Fische\*, ap – enthält Erdnüsse\*, ay – enthält Sojabohnen\*, am – enthält Milch\*, an – enthält Schalenfrüchte\* (Überbegriff), sa – enthält Mandeln\*, sh – enthält Haselnüsse\*, sw – enthält Walnüsse, sc – enthält Kaschunüsse\*, sp – enthält Pecannüsse\*, sr – enthält Paranüsse\*, st – enthält Pistazien\*, sm – enthält Macadamianüsse\*, sq – enthält Queenslandnüsse\*, bc – enthält Sellerie\*, bm – enthält Senf\*, as – enthält Sesam\*, au – enthält Schwefeldioxid und Sulfite, nl – enthält Lupinen\*, um – enthält Weichtiere\*; Sonstiges: S – Schweinefleisch, R – Rindfleisch, F – Fisch, G – Geflügel, Kursiv – vegetarisch / ovo-lacto-vegetabil; \*und daraus gewonnene Erzeugnisse

## Speiseplan Januar

## SK 3 - Glutenfreie Kost

Wo	Menü	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
12.01. - 16.01.2026	SK3	Putengeschnetzeltes, Karottengemüse & Reis (G)	Linseneintopf mit Wurzelgemüse und Kartoffeln, süß sauer abgeschmeckt (V)	Süßer Auflauf "Art Kaiserschmarrn" mit Apfelwürfeln & Kokos-Vanillesoße (V)	Chili Sin Carne & Reis (V)	Wildlachsbohneneintopf mit Tomaten, Paprika, Kräutern & Mais-Spirelli (F)
		Energie pro Portion: 1516 kJ, 363 kcal	Energie pro Portion: 1230 kJ, 302 kcal	Energie pro Portion: 3540 kJ, 847 kcal	Energie pro Portion: 1429 kJ, 341 kcal	Energie pro Portion: 2141 kJ, 509 kcal
19.01. - 23.01.2026	SK3	Hausgemachte Gemüsebällchen mit Paprikasoße & Reis (V, bc)	Kichererbsen-Spirelli mit Tomatensoße & Reibekäse (V, am)	Bratwurst mit fruchtiger Ketchup-Curry-Soße & Kartoffelbrei (G, bc, bm, 3)	Putenbraten in Soße, Brokkoli & Kartoffelklößen (G)	Tomaten-Reis-Eintopf mit Reisbrot (V, bc, nl)
		Energie pro Portion: 1711 kJ, 411 kcal	Energie pro Portion: 786 kJ, 192 kcal	Energie pro Portion: 2637 kJ, 636 kcal	Energie pro Portion: 1447 kJ, 351 kcal	Energie pro Portion: 1102 kJ, 272 kcal
26.01. - 30.01.2026	SK3	Blumenkohlleintopf mit Kartoffeln, Karotten, Erbsen, Petersilie, Eierstich & Reisbrot (V, ae, am, nl, 3)	Hähnchenbruststreifen in Bratensoße, Erbsen & Reis (G, bm)	Brühreis mit Sellerie, Karotten, Lauch & Reisbrot (V, am, bc, nl)	Linsen-Gemüse-Ragout mit Tomate & Reis (V)	Mais-Spirelli mit Brokkolisoße (V)
		Energie pro Portion: 1532 kJ, 371 kcal	Energie pro Portion: 1443 kJ, 347 kcal	Energie pro Portion: 1515 kJ, 368 kcal	Energie pro Portion: 1689 kJ, 404 kcal	Energie pro Portion: 1665 kJ, 399 kcal