

Essenplan für die Woche vom:

19.01.2026 bis: 23.01.2026

KW 4	Essen I 6,50 €								Essen II 6,50 €							
Montag 19.01.2026	Hähnchenstreifen in Paprika-Rahm-Soße Spirelli								Kartoffelpuffer Apfelmus							
	51,51a,58,61								51,51a,64 2							
	kcal	Fett	ges.Fs (g)	Ew (g)	Kh (g)	Zucker (g)	Salz (g)	BE	kcal	Fett	ges.Fs (g)	Ew (g)	Kh (g)	Zucker (g)	Salz (g)	BE
	437,0	8,6	3,4	25,1	63,3	4,2	12,9	5,3	346,0	4,9	0,8	7,3	62,9	20,6	2,2	5,2
Dienstag 20.01.2026	Paniertes Schweineschnitzel Jägersoße Salzkartoffeln								Fischsoljanka Schwarzbrot							
	51,51a 9,51,51a,58								4,53 51,51a,51b,62							
	kcal	Fett	ges.Fs (g)	Ew (g)	Kh (g)	Zucker (g)	Salz (g)	BE	kcal	Fett	ges.Fs (g)	Ew (g)	Kh (g)	Zucker (g)	Salz (g)	BE
	800,0	40,2	7,5	29,4	75,8	4,8	8,2	6,3	323,0	7,0	0,8	20,7	40,6	18,6	11,4	3,4
Mittwoch 21.01.2026	Rindergulasch Petersilienkartoffeln Gewürzgurke								Eierfrikassee süß-sauer Salzkartoffeln							
	4,51,61 1,4,7,61								1,2,9,12,51,51a,54,58							
	kcal	Fett	ges.Fs (g)	Ew (g)	Kh (g)	Zucker (g)	Salz (g)	BE	kcal	Fett	ges.Fs (g)	Ew (g)	Kh (g)	Zucker (g)	Salz (g)	BE
	312,0	10,2	1,8	17,0	35,9	3,3	12,0	3,0	513,0	24,4	11,1	21,6	48,5	10,7	5,1	4,0
Donnerstag 22.01.2026	Bauernroulade Mischgemüse Salzkartoffeln								Gemüsebolognaise Nudeln Reibekäse							
	4,54,61 9,12,51,51a,58								2,59 51,51a 9,58							
	kcal	Fett	ges.Fs (g)	Ew (g)	Kh (g)	Zucker (g)	Salz (g)	BE	kcal	Fett	ges.Fs (g)	Ew (g)	Kh (g)	Zucker (g)	Salz (g)	BE
	630,0	34,7	3,6	29,5	45,4	7,0	11,6	3,8	475,0	11,3	5,1	20,1	71,6	13,9	16,3	6,0
Freitag 23.01.2026	Chili-Bohnen-Pfanne mit Rindfleischstreifen Brötchen								Brühnudeln mit Hühnerfleisch							
	4,51,54,61 51								9,51,58,59,64							
	kcal	Fett	ges.Fs (g)	Ew (g)	Kh (g)	Zucker (g)	Salz (g)	BE	kcal	Fett	ges.Fs (g)	Ew (g)	Kh (g)	Zucker (g)	Salz (g)	BE
	469,0	19,1	0,5	24,2	48,8	7,5	11,8	4,1	262,0	9,4	5,1	16,9	24,5	4,1	4,0	2,0

Bestellungen bitte per

Tel.: 03963 2579192

E-Mail: zentralkueche@gww-pasewalk.de

Änderungen bleiben uns vorbehalten