

# Essenplan für die Woche vom:

05.10.2026 bis: 09.10.2026

| KW<br>41                 | Essen I<br>7,00 €                                                   |      |            |        |        |            |          |     | Essen II<br>6,50 €                           |      |            |        |        |            |          |      |
|--------------------------|---------------------------------------------------------------------|------|------------|--------|--------|------------|----------|-----|----------------------------------------------|------|------------|--------|--------|------------|----------|------|
| Montag<br>05.10.2026     | Jägerschnitzel<br>Tomatensoße<br>Makkaroni                          |      |            |        |        |            |          |     | Milchreis<br>Apfelmus<br>Zimt und Zucker     |      |            |        |        |            |          |      |
|                          | 1,2,10,13,51,51a,54,59,61<br>9,51,51a,58<br>51,51a,54               |      |            |        |        |            |          |     | 9,58<br>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   |
|                          | 730,0                                                               | 37,5 | 3,3        | 22,9   | 72,9   | 11,3       | 6,5      | 6,1 | 683,0                                        | 10,8 | 6,5        | 15,1   | 129,8  | 61,5       | 0,8      | 10,8 |
| Dienstag<br>06.10.2026   | Bratwurst<br>Bayrisch Kraut<br>Kartoffelpüree                       |      |            |        |        |            |          |     | Möhreneintopf<br>Kartoffelwürfel             |      |            |        |        |            |          |      |
|                          | 1,2,3,61<br>51,51a,54<br>9,58                                       |      |            |        |        |            |          |     | 15,57                                        |      |            |        |        |            |          |      |
|                          | 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   |
|                          | 685,0                                                               | 41,3 | 18,8       | 19,5   | 56,7   | 11,9       | 9,6      | 4,7 | 371,0                                        | 24,2 | 12,6       | 17,5   | 19,4   | 8,5        | 11,6     | 1,6  |
| Mittwoch<br>07.10.2026   | Rindergeschnetzeltes "Stroganoff Art"<br>Buttererbsen<br>Kartoffeln |      |            |        |        |            |          |     | Eierkuchen<br>Apfelkompott                   |      |            |        |        |            |          |      |
|                          | 9,15,51,58,61<br>9,58                                               |      |            |        |        |            |          |     | 9,14,51,51a,54,58<br>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   |
|                          | 395,0                                                               | 12,6 | 3,4        | 18,4   | 48,7   | 8,7        | 14,1     | 4,1 | 649,0                                        | 14,4 | 4,2        | 21,6   | 103,2  | 34,0       | 1,8      | 8,6  |
| Donnerstag<br>08.10.2026 | Schweinebraten<br>Soße, Rotkohl<br>Salzkartoffeln                   |      |            |        |        |            |          |     | Wildlachsragout<br>mit buntem Gemüse<br>Reis |      |            |        |        |            |          |      |
|                          | 57,59<br>2,7,9,51,58,59                                             |      |            |        |        |            |          |     | 9,51,51a,53,58,59<br>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   |
|                          | 531,0                                                               | 22,9 | 11,7       | 31,6   | 46,3   | 12,3       | 9,9      | 3,9 | 332,0                                        | 15,2 | 7,3        | 18,0   | 30,8   | 1,5        | 3,5      | 2,6  |
| Freitag<br>09.10.2026    | Soljanka<br>Brötchen                                                |      |            |        |        |            |          |     | Brühnudeln<br>mit Rindfleisch                |      |            |        |        |            |          |      |
|                          | 1,2,4,14,61<br>51                                                   |      |            |        |        |            |          |     | 9,51,51a,54,56,58,59,61,62<br>63             |      |            |        |        |            |          |      |
|                          | 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   |
|                          | 616,0                                                               | 33,4 | 10,1       | 22,2   | 54,5   | 26,5       | 16,3     | 4,5 | 235,0                                        | 5,9  | 2,6        | 11,7   | 32,3   | 3,6        | 8,1      | 2,7  |

Bestellungen bitte per

Tel.: 03963 2579192

E-Mail: zentralkueche@gww-pasewalk.de

Änderungen bleiben uns vorbehalten