

Speiseplan Essen auf Rädern Änderungen täglich bis 8:30 Uhr möglich, Freitag vor dem Wochenende und vor Feiertagen ab 12.00 Uhr nur telefonisch



Sozialstation der Caritas und der Diakonie  
Oberallgäu gemeinnützige GmbH  
Martin-Luther-Str. 10 b, 87527 Sonthofen  
Telefon: 08321-660145  
FAX -660170  
Email: momi@caritas-oa.de



Bitte Gericht 1 oder 2 bzw. kein Essen ankreuzen, auch am Wochenende. Wenn ein Essen nicht lieferbar ist, liefern wir ein Alternativessen.  
Allergeninformation siehe Ziffern.

Speiseplan für die Woche vom 02.03.2026 bis 08.03.2026			
5	Gericht 1	Gericht 2	kein Essen
Montag	Quarkkeulchen nach sächsischer Art mit Apfelmark 7920* (A1,C,G)	Hähnchenbrustfilets Bärlauchrahmsoße, ZucchiniGemüse, Spätzle 6554* (A1,C,G,L)	
Dienstag	Pfannkuchen „Florentin“, gefüllt mit Spinat-Sahne Mischung, garniert mit Käse und Tomatensoße 4683 (A1, C, G)	Pikantes Rindergulasch Erbsten, Möhrchen und Kartoffelschmarrn 7133* (L)	
Mittwoch	Kalbsbratwürste mit Romanesco-Gemüse und Kartoffel 4303* (G,L)	Nudeleintopf mit Gemüse und Schweinefleisch 4826* (A1,C)	
Donnerstag	Kaiserschmarrn mit Apfelkompott 7915 (A1, C,G)	Hähnchen-Medaillons in Gemüsesoße, Langkornreis 6742*(G,M)	
Freitag	Lachspfanne mit Penne-Nudeln 4727 (A1,C,D,G)	Penne al pomodoro Nudeln in fruchtiger Kräuter-Tomatensoße mit Hartkäse bestreut 6215* (A1,G)	
Samstag	Grießbrei mit Früchten 6247 (A1,C,G)	Hackbraten „Esterhazy“ mit Gemüseeinlage und Salzkartoffeln 4426 (A1,C,G,L,M)	
Sonntag	Schweinebraten in Soße, Rosenkohl u. Kartoffeln 7219* (A1,G,L)	Rinderleber "Berliner Art" mit Kartoffelpüree 7127 (A1,G,L)	

Speiseplan für die Woche vom 09.03.2026 bis 15.03.2026			
6	Gericht 1	Gericht 2	kein Essen
Montag	Milchreis mit Zimt bestreut und Sauerkirschen 5009* (G)	Linsengericht „Schwäbische Art“ mit 1 Paar Wiener und Spätzle 6086* (A1,L,C)	
Dienstag	Kässpätzlen Allgäuer Art 7614* (A1,C,G,L)	Kesselgulasch mit Rind, Gemüse und Nudeln 4824* (A1,C)	
Mittwoch	Pfannkuchen mit Quarkfüllung und Heidelbeeren 4925* (A1,C,G)	Wirsingeintopf mit Minifrikadellen und Kartoffeln 7815* (A1, C,L)	
Donnerstag	Schweinschaxenfleisch mit Sauerkraut u. Püree 1302* (G)	Hähnchenbrust, Bratensoße, Gemüserais, Möhren, Romanesco 4501* (L)	
Freitag	Fisch Bordelaise, Karotten und Salzkartoffel 1311* (A1, D, L, G)	Broccoli- Bandnudeln in Pilz-Sahnesoße 7623* (A1, C,G,L)	
Samstag	Hefeklöße mit Heidelbeerfüllung, Vanillesoße 7916* (A1, C,G)	Mini-Frikadellen auf Schmorkohl mit Salzkartoffel 7405 (A1,C,L)	
Sonntag	Gegrillter Putenbraten mit Blaukraut und Knödel 7507 (A1,C,G,L)	2 Hausmacher Bratwürste mit Kohlrabigemüse und Stampfkartoffeln 7413 (A1,G,L)	

Allergeninformation:

A=GLUTEN(A1=WEIZEN; A2=ROGGEN; A3=GERSTE; A4=HAFER; A5=DINKEL; A6=KAMUT); B=KREBSTIERE; C=HÜHNEREI; D=FISCH; E=ERDNUSS; F=SOJABOHNEN; G=MILCH u MILCHPRODUKTE; H=SCHALENFRÜCHTE(H1=MANDELN; H2=HASELNÜSSE; H3=WALNÜSSE; H4=CASHEWNÜSSE; H5=PECANNÜSSE; H6=PARANÜSSE; H7=PISTAZIEN; H8=MACADAMIANÜSSE); L=SELLERIE; M=SENF; N=SESAM; O=SULFIT / SCHWEFELDIOXID; P=LUPINE; R=WEICHTIERE

Unterschrift: \_\_\_\_\_ **KW 10/11**

