

# Speiseplan

Die Möwe  
Küche am Hafen

für die Woche 25.04.2022 bis 01.05.2022

|            |              |   |
|------------|--------------|---|
| Montag     | Hauptgericht | Spaghetti „Bolognese“ mit Gemüsestreifen und geriebenen Käse            |
|            | Diät         | wie oben  |
|            | Dessert      | Quarkspeise   |
|            | Salat        | Bohnensalat mit Zwiebeln  |
| Dienstag   | Hauptgericht | hausgemachter Backfisch mit Remoulade und warmen Speckkartoffelsalat    |
|            | Diät         | wie oben  |
|            | Dessert      | Banane  |
|            | Salat        | Curryreissalat mit Früchten   |
| Mittwoch   | Hauptgericht | Hähnchen- Cordon bleu mit Möhren in Soße und Petersilienkartoffeln      |
|            | Diät         | wie oben  |
|            | Dessert      | rote Johannesbeeren Grütze  |
|            | Salat        | Waldorfsalat Sellerie-Apfelsalat mit Walnüsse                           |
| Donnerstag | Hauptgericht | Bratwurst mit Mischgemüse und Kartoffeln                                |
|            | Diät         | wie oben  |
|            | Dessert      | Birne   |
|            | Salat        | Obstsalat mit Naturjoghurt  |
| Freitag    | Hauptgericht | Spargelcremesuppe mit Schinkenwürfel und Baguette                       |
|            | Diät         | wie oben  |
|            | Dessert      | Apfelsaftpäckchen   |
|            | Salat        | Nudelsalat mit roten Zwiebeln, Tomaten, Pesto und Feta                  |
| Samstag    | Hauptgericht | „Trucker Pfanne“ mit Schweinefleischstreifen und Kidneybohnen dazu Reis |
|            | Diät         | wie oben  |
|            | Dessert      | Obst  |
|            | Salat        | Rohkostmix  |
| Sonntag    | Hauptgericht | Feuerspieß mit Paprikasoße und Kartoffeln                               |
|            | Diät         | wie oben ( 720kcal.)  |
|            | Dessert      | Vanillejoghurt  |
|            | Salat        | Salat mit Sellerie, Möhren und Äpfel                                    |

**Guten Appetit!** Inhaltsstoffe (wie Allergene und Zusatzstoffe) sind auf der externen Liste  
verzeichnet. Diese liegt bei dem Küchenpersonal aus. Änderungen vorbehalten