Speiseplan

vom 07.12.2026 bis 13.12.2026

Woche 3	plant- based	Vollkost	Angepasste Vollkost
Montag *07. Dez*	**Frühlingsrolle** *Pikanter Soße, Gemüsereis* Nährwert: 453 kcal / Allergene: 1,3,6,a	**Schweinegulasch** *Rosenkohl, Kartoffeln* Nährwert: 335 kcal / Allergene: 1,10,a	**Hähnchenbrustfilet** *Mischgemüse, Kartoffeln* Nährwert: 285 kcal / Allergene: frei
Dienstag *08. Dez*	**Kaiserschmarrn** *Zwetschgenröster* Nährwert: 916 kcal / Allergene: 1,3,6,7,8	**Fischsoljanka** Gemüse, Gewürzgurke Nährwert: 329 kcal / Allergene: 1,4,7,12,13,a,c,e,i	**Rindergulasch** *Champignons, Nudeln* Nährwert: 541 kcal / Allergene: 1,7,a
Mittwoch *09. Dez*	**Tikka Masala** *Süßkartoffel, Gemüse Tomaten-Kokos-Soße* Nährwert: 443 kcal / Allergene: 6	**Grünkohlpfanne** *Knacker, Senf* Nährwert: 414 kcal / Allergene: 1,9,10,b,c,d,h	**Hühnerfrikassee** *Reis* Nährwert: 424 kcal / Allergene: 7,12,13,a,c,e
Donnerstag *10. Dez*	**Butter Chicken** *Gemüse, Reis* Nährwert: 525 kcal / Allergene: a	**Bratwurst** *Sauerkraut, Kartoffelpüree* Nährwert: 558 kcal / Allergene: 7,9,10,c,h	**Schweinebraten** *Bratensoße, Blumenkohl, Kartoffeln* Nährwert: 309 kcal / Allergene: 7
Freitag *11. Dez*	**Frikasse "Chicken Style"** *Spargel, Möhren, Reis* Nährwert: 379 kcal / Allergene: 7	**Jägerschnitzel** *Nudeln, Tomatensoße* Nährwert: 653 kcal / Allergene: 1,3,9,10,b,c,h,	**Lachsfilet** *Penne Quattro Formaggi* Nährwert: 624 kcal / Allergene: 1,4,7
Samstag *12. Dez*	**Kartoffeleintopf** Kartoffelwürfel, Gemüse Nährwert: 149 kcal / Allergene: 9	**Grüner Bohneneintopf** Kartoffelwürfel, Gemüse, Rindfleisch Nährwert: 243 kcal / Allergene: 1,a	**Kartoffeleintopf** Kartoffelwürfel, Gemüse, Geflügelwürstchen Nährwert: 390 kcal / Allergene: ´9,b,c,h
Sonntag *13. Dez*	**Linsen-Blumenkohl-Curry** Linsen, Kichererbsen, Spinat, Blumenkohl Nährwert: 427 kcal / Allergene: 1	**Schnitzel "Wiener Art"** *Mischgemüse, Rahm, Kartoffeln* Nährwert: 380 kcal / Allergene: 1,3	**Geflügelbratwurst** Mischgemüse, Kartoffeln Nährwert:393 kcal / Allergene: 1,3,6,7,9,10,c
		Schnitzel "Wiener Art" *Mischgemüse, Rahm, Kartoffeln* Nährwert: 380 kcal / Allergene: 1,3	**Milchreis** *Zimt, Zucker* Nährwert: 460 kcal / Allergene: 7

Alternativ können Sie täglich das Schnitzelgericht oder eine Süßspeise wählen.
Zu jeder Mittagsmahlzeit bieten wir Ihnen ein täglich wechselndes Dessert oder frisches Obst an. Die Kennzahlen beziehen sich auf Zusatzstoffe oder Allergene. Bei den Nährwerten handelt es sich um kalkulatorische Durchschnittswerte. Für Fragen, Kritik und Anregungen stehen wir gern persönlich zur Verfügung oder Sie senden uns eine E-Mail: umrservice@umr-service.de

Universitätsmedizin Rostock Service GmbH

Kennzeichnung der Allergene: 1 Glutenhaltiges Getreide: (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut), **2** Krebstiere, **3** Eier, **4** Fisch, **5** Erdnuss, **6** Soja, **7** Milch, **8** Nüsse (Schalenfrüchte) namentlich: Mandel, Pistazie, Cashew, Hasel-, Macadamia-, Para-, Pekan-, Wallnuss, **9** Sellerie, **10** Senf, **11** Sesamsamen, **12** Sulfit, **13** Lupine, **14** Weichtiere
Kennzeichnung der Zusatzstoffe: a mit Farbstoff, **b** mit Konservierungsstoff, **c** mit Antioxidationsmittel, **d** mit Geschmacksverstärker, **e** geschwefelt, **f** geschwärzt, **g** gewachst, **h** mit Phosphat, **I** mit Süßungsmittel oder mit einer Zuckerart und Süßungsmittel, **J** enthält eine Phenylalaninquelle, **k** kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken, **l** mit Milcheiweiß, **m** koffeinhaltig, **n** Eiklar, **o** alkoholhaltig, **p** unter Schutzatmosphäre verpackt, **q** gentechnisch verändert