



# Speisewochenplan von Frische Welle

19.01.2026 - 23.01.2026

KW 4	Hauptspeise	Vorspeise / Dessert / Beilage
Montag	<b>Würstchengulasch m. Reis</b> <small>2 8 3</small> <b>Geflügel</b>	<b>Beilagensalat mit Joghurtdressing</b> <small>g</small>
Dienstag	<b>Maultaschen in Brühe</b> <small>a 1 c</small> <b>Geflügel</b>	<b>Pudding</b> <small>g</small>
Mittwoch	<b>Spinat m. Kartoffeln &amp; Rührei</b> <small>c g</small> <b>Vegetarisch</b>	
Donnerstag	<b>Geschnetzeltes m. Nudeln</b> <small>a 1 g c</small> <b>Pute</b>	<b>Gurkensalat</b> <small>g</small>
Freitag	<b>Fischnuggets m. Wedges u. Ketchup</b> <small>g d a 1 c</small> <b>Fisch</b>	

## Allergene Inhaltsstoffe

**a1** Weizen

**c** Eier

**d** Fisch

## Zusatzstoffe

**2** mit

Konservierungsstoffen

**3** mit Antioxidationsmittel **8** mit Phosphat

