

## Speiseplan Diabetes-Diät (Typ 2)

| Mittagessen                             | Menü I - Vollkost                                                                                                                                                                                                                                      | Menü II – Leichte Kost                                                                                                                                                                                                                                                     | Menü III – Fit und Vital                                                                                                                                                                                                                          | Abendessen-Diabetes                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Montag,</b><br><b>20.07.2026</b>     | Schinkennudeln <br>mit Tomatensoße<br>Reibekäse und Blattsalat<br>(649 kcal)                                                                                          | Seelachsfilet <br>in Senf-Kräutersoße<br>mit Dampfkartoffeln<br>und Brokkoli<br>(439kcal)                                                                                                | Vollkornnudel-Gemüsepfanne <br>mit Tomatensoße<br>und Blattsalat<br>(544 kcal))                                                                                | Putenrömerbraten <br>mit Gouda<br>und Tomate<br>Brot und Butter<br>(573 kcal)                                                                                                                                                                                                  |
|                                         | <b>Schokopudding</b>                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Fadennudelsuppe</b>                                                                                                                                                                  | <b>Fadennudelsuppe</b>                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Dienstag,</b><br><b>21.07.2026</b>   | Saure Bratwürste <br>mit Gemüsesud<br>und Kartoffelpüree<br>(457kcal)                                                                                                 | Hähnchenroulade  mit Gemüsefüll.<br>in Estragonsoße <br>mit Kräuterreis und Blumenkohl<br>(546kcal)  | Blumenkohl-Käse-Med. <br>mit Quarkdip<br>und Blattsalat<br>Obst<br>(458 kcal)                                                                                  | Thunfischsalat Aufstrich <br>mit Puten-Lyoner <br>und Puten-Mortadella <br>Brot und Butter<br>(570 kcal) |
|                                         | <b>Apfel</b>                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Kraftbrühe mit Reis</b>                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Mittwoch,</b><br><b>22.07.2026</b>   |                                                                                                                                                                                                                                                        | gebr. Putensteak <br>mit Petersiliensoße<br>Nudeln und<br>Zucchini-Karottengemüse<br>(578 kcal)                                                                                         | Gemüseeeintopf <br>mit Gemüse-Köttbullar <br>und Körnersemmel<br>(598 kcal) | Rindfleischwurst <br>mit Brotzeitkäse<br>und Essigurke<br>Brot und Butter<br>(612 kcal)                                                                                                                                                                                        |
|                                         | <b>Dunstkompott</b>                                                                                                                                                                                                                                    | <b>Gemüsecremesuppe</b>                                                                                                                                                                 | <b>Gemüsecremesuppe</b>                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Donnerstag,</b><br><b>23.07.2026</b> | Spaghetti Bolognese <br>mit Reibekäse<br>Blattsalat<br>(791kcal)                                                                                                      | Seelachsfilet <br>auf Tomaten-Gemüseragout<br>mit Reis<br>(450kcal)                                                                                                                      | Brokkoli-Kartoffelauflauf <br>mit Kräutersoße<br>und Blattsalat<br>(478 kcal)                                                                                  | Frischkäse<br>mit Lyonerwurst <br>und Paprikastreifen<br>Brot und Butter<br>(568 kcal)                                                                                                                                                                                         |
|                                         | <b>Birne</b>                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Grießklößchensuppe</b>                                                                                                                                                               | <b>Grießklößchensuppe</b>                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Freitag,</b><br><b>24.07.2026</b>    | Überbackenes Seelachsfilet <br>auf Gemüse-Curry <br>mit Reis<br>(591kcal)           | Kalbsbraten „Gärtnerin“ <br>in Bratensoße <br>mit Knödel und Karotten<br>(641kcal)                   | Chinesische Reispfanne <br>mit Currysoße<br>und Blattsalat<br>(590kcal)                                                                                        | Feine Schinkenwurst <br>mit Tomatenhering <br>und Tomate<br>Brot und Butter<br>(707 kcal)                                                                                                  |
|                                         | <b>Dunstkompott</b>                                                                                                                                                                                                                                    | <b>Broccolicremesuppe</b>                                                                                                                                                             | <b>Broccolicremesuppe</b>                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Samstag,</b><br><b>25.07.2026</b>    |                                                                                                                                                                                                                                                        | Gemüseeeintopf <br>mit Rindfleisch <br>und Semmel<br>(358 kcal)                                    | Bulgur-Gemüsepfanne mit<br>Kichererbsen <br>Gemüsesoße<br>(448kcal)                                                                                          | Landschinken <br>mit angemachten Camembert<br>und Essigurke<br>Brot und Butter<br>(535 kcal)                                                                                                                                                                                 |
|                                         | <b>Fruchtjoghurt</b>                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Sternchensuppe</b>                                                                                                                                                                 | <b>Sternchensuppe</b>                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Sonntag,</b><br><b>26.07.2026</b>    | Schweinebraten <br>mit Schweinebratensoße <br>Knödel und Sauerkraut<br>(765kcal) | Lendenbraten <br>mit Rinderbratensoße <br>Knödel und Karotten-Bohnen-<br>Mischgemüse<br>(673kcal) | Karotten-Vollkorn-Rösti <br>mit leichtem Rahmgemüse<br>(355 kcal)                                                                                            | Truthahnsalami <br>mit Emmentaler<br>und Gurkentaler<br>Brot und Butter<br>(575 kcal)                                                                                                                                                                                        |
|                                         | <b>Grießdessert</b>                                                                                                                                                                                                                                    | <b>Fleischklößchensuppe</b>                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

(Berechnungen entsprechen dem Durchschnittswert einer normalen Portion ohne Suppe und Dessert)

Bitte kreuzen Sie Ihren Menüwunsch an!  
Suppe und Dessert auf Wunsch!

Deklarationspflichtige Inhaltsstoffe und Allergene entnehmen Sie bitte der Rückseite.

**Änderungen vorbehalten!**  
**Guten Appetit wünscht Ihnen das Küchenteam!**

## Deklarationspflichtige Inhaltsstoffe und Allergene!

| Mittagessen              | Menü I - Vollkost                                                                                                                     | Menü II – Leichte Kost                                                                                                                                       | Menü III – Fit und Vital                                                                                                   | Abendessen-Diabetes                                                                                                     |
|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Montag</b><br>Woche 3 | Schinkennudeln 29,A511,1,2,16<br>Tomatensoße I<br>Reibekäse G,G28<br>Salat/Dressing G,G28,J<br><b>Schokopudding</b> G,G28             | Seelachsfilet D<br>Senf-Kräutersoße G,G28,J,12,16<br>Kartoffeln<br>Brokkoli                                                                                  | Nudel-Gemüsepfanne 29,A511<br>Tomatensoße I<br>Salat/Dressing G,G28,J<br><b>Fadennudelsuppe</b> 29,A511,C,I                | Putenrömerbraten 1,2,16<br>Gouda G<br>Tomate<br>Brot 29,A511,A514,A515<br>Butter G,G28                                  |
| <b>Dienstag</b>          | Saure Bratwürste mit Gemüsesud I,L,1,2,4,13,16<br>Kartoffelpüree G,G28,2,16<br><b>Apfel</b>                                           | Hähnchenroulade 29,A511,C<br>Estragonsoße G,G28<br>Kräuterreis<br>Blumenkohl<br><b>Kraftbrühe mit Reis</b> I                                                 | Blumenkohl-Käse-Medaillon 29,A511,C,G,G28<br>Kräuterquarkdip G,G28<br>Salat/Dressing G,G28,J                               | Thunfischsalat C,D,1<br>Puten-Lyoner J,1,2,12,16<br>Puten-Mortadella J,1,2,12,16<br>Brot/Butter 29,A511,A514,A515,G,G28 |
| <b>Mittwoch</b>          | <b>Kompott</b>                                                                                                                        | Putensteak<br>Petersiliensoße 29,A511,G,G28,16<br>Nudeln 29,A511<br>Zucchini-Karottengemüse                                                                  | Gemüseintopf I<br>Gemüse-Köttbular C<br>Körnersemmel 29,A511,A514,A515,F,K<br><b>Gemüsecremesuppe</b> G,G28,I              | Rindfleischwurst I,1,2,3<br>Brotzeitkäse G,G28,16<br>Essiggurke 1,4<br>Brot 29,A511,A514,A515<br>Butter G,G28           |
| <b>Donnerstag</b>        | Spaghetti 29,A511<br>Bolognese 1,4<br>Reibekäse G,G28<br>Salat/Dressing G,G28,J<br><b>Birne</b>                                       | Fischfilet D<br>Tomaten-Gemüseragout I,J,12<br>Reis<br>Karottengemüse                                                                                        | Broccoli-Kartoffelaufguss C,G,G28<br>Kräutersoße G,G28,16<br>Salat/Dressing G,G28,J<br><b>Grießklößchensuppe</b> 29,A511,C | Friskäse G,G28<br>Lyonerwurst 1,2<br>Paprika<br>Brot 29,A511,A514,A515<br>Butter G,G28                                  |
| <b>Freitag</b>           | Fischfilet überb. D,G,G28,I<br>Gemüsecurry 29,A511,G,G28<br>Reis<br><b>Kompott</b>                                                    | Kalbsbraten „Gärtnerin“ I<br>Soße 29,A511,A515,A514,G,G28,I,J<br>Knödel 29,A511,A514,A515,L,1,12,13<br>Karottengemüse G,G28                                  | Chinesische Reispfanne 29,A511,F<br>Currysoße 29,A511,G,G28<br>Salat/Dressing G,G28,J<br><b>Broccolicremesuppe</b> G,G28   | Tomatenhering D,J<br>Schinkenwurst I,1,2,3,16<br>Tomate<br>Brot 29,A511,A514,A515<br>Butter G,G28                       |
| <b>Samstag</b>           | <b>Fruchtjoghurt</b> G,G28                                                                                                            | Gemüseintopf mit Rindfleisch I<br>Semmel 29,A511,A515,F                                                                                                      | Bulgurpfanne 29,A511<br>Gemüsesoße G,G28,I<br><b>Sternchensuppe</b> 29,A511,C,I                                            | Landschinken 1,2,16<br>Obatzda G,G28,1<br>Essiggurke 1,4<br>Brot 29,A511,A514,A515<br>Butter G,G28                      |
| <b>Sonntag</b>           | Schweinebraten<br>Bratensoße G,G28,I<br>Knödel 29,A511,A514,A515,L,1,12,13<br>Sauerkraut G,G28,I<br><b>Grießdessert</b> 29,A511,G,G28 | Lendenbraten I<br>Soße 29,A511,A514,A515,G,G28,I,J<br>Knödel 29,A511,A514,A515,L,1,12,13<br>Gemüse G<br><b>Fleischklößchensuppe</b> 29,A511,C,G,I,J,M,2,3,16 | Karotten-Vollkorn-Rösti 29,A511,A512,A514,A516,C,G<br>Rahmgemüse G,G28                                                     | Truthahnsalami 1,2<br>Emmentaler G<br>Gurkentaler<br>Brot 29,A511,A514,A515<br>Butter G,G28                             |

### Inhaltsstoffe (Kürzel):

(29) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse, (A511) Weizen und Weizenerzeugnisse, (A512) Dinkel und Dinkelerzeugnisse, (A514) Roggen und Roggenerzeugnisse, (A515) Gerste und Gerstenerzeugnisse, (A516) Hafer und Hafererzeugnisse, (C) Eier und -erzeugnisse, (D) Fisch und -erzeugnisse, (F) Soja und -erzeugnisse, (G) Milch und -erzeugnisse, (G28) Laktose, (I) Sellerie und -erzeugnisse, (J) Senf und -erzeugnisse, (K) Sesam und Sesamerzeugnisse, (L) Schwefeldioxid und Sulfide in einer Konzentration von mehr als 10mg/kg oder 10mg/l, als SO<sub>2</sub> angegeben, (M) Lupine und -erzeugnisse

(1) mit Konservierungsstoff, (2) mit Antioxidationsmittel, (3) mit Geschmacksverstärker, (4) mit Süßungsmittel, (12) mit Farbstoff, (13) geschwefelt, (15) geschwärzt, (16) mit Phosphat, (19) mit Milcheiweiß, (93) unter Verwendung von Alkohol

Sehr geehrte Patienten,

durch äußere Umstände können sich Änderungen im Speiseplan ergeben. Das dann angebotene Gericht enthält eventuell andere Inhaltsstoffe. Damit sie auch dann noch das für Sie passende Essen bekommen ist es wichtig, dass Sie die Schwester über eventuelle Nahrungsmittelunverträglichkeiten informieren, damit diese auf der Essenskarte vermerkt werden können.