



CONTENTO®

Speiseplan Mittag

Woche 43 vom 19.10.2026 bis zum 25.10.2026

SPL 1	HAUSMANNSKOST	VEGETARISCHE KOST	SÜSSE KOST	Weiche Kost	ABENDESSEN
Montag 19.10.2026	Rindsuppe mit Eierfäden (ACGL) Champignonschnitzel (AFG) mit Krokettten (A) Topfenfruchtkuchen (ACG) 963 Kcal / 44 g Fett / 48 g Proteine / 92 g KH / 7,7 BE	Selleriecremesuppe (L) Käsespätzle (ACG) mit Salat (MO) Topfenfruchtkuchen (ACG) 976 Kcal / 41 g Fett / 36 g Proteine / 113 g KH / 9,4 BE	Rindsuppe mit Eierfäden (ACGL) Marillenknödel (ACG) mit Butterbrösel Topfenfruchtkuchen (ACG) 1242 Kcal / 45 g Fett / 26 g Proteine / 179 g KH / 14,9 BE	Fleischflan (ACG) mit passierter Champignonsauce (AG) und Püree (G) 557 Kcal / 42 g Fett / 23 g Proteine / 19 g KH / 1,6 BE	Apfel-Selleriecremesuppe (L) Hühnersalat "Hawaii" (CGLM) Brot (A) 387 Kcal / 11 g Fett / 32 g Proteine / 40 g KH / 3,4 BE
Dienstag 20.10.2026	Rindssuppe mit Gemüsenockerl (ACGL) Schweinsragout (AFG) mit Teigwaren (AC) Obst-Kuchen 973 Kcal / 50 g Fett / 54 g Proteine / 73 g KH / 5,9 BE	Paprikacremesuppe (AGL) Karfiol mit Butterbröseln (AG) gehacktes Ei (C) Petersilie Obst-Kuchen 861 Kcal / 45 g Fett / 23 g Proteine / 90 g KH / 7,4 BE	Rindssuppe mit Gemüsenockerl (ACGL) Milchreis (G) mit Pfirsichkompott Obst-Kuchen 676 Kcal / 20 g Fett / 23 g Proteine / 98 g KH / 8,1 BE	Selchflan (ACG) mit Krensaucе (AFGLO) und Selleriepüree (G) 561 Kcal / 39 g Fett / 25 g Proteine / 25 g KH / 2,1 BE	Paprikacremesuppe (AGL) Kartoffelaufgug (CGL) 545 Kcal / 33 g Fett / 18 g Proteine / 44 g KH / 3,6 BE
Mittwoch 21.10.2026	Rindssuppe mit Reis (AL) Hascheehörnchen (ACL) mit Rote Rübensalat (FGO) Schoko Dessert (FG) 847 Kcal / 43 g Fett / 34 g Proteine / 79 g KH / 6,5 BE	Brokkolicremesuppe (G) Gebackener Emmentaler (ACG) mit Erdäpfel Schoko Dessert (FG) 2193 Kcal / 129 g Fett / 90 g Proteine / 157 g KH / 13,1 BE	Rindssuppe mit Reis (AL) Süßer Aufgug (CG) mit Erdbeersauce Schoko Dessert (FG) 710 Kcal / 37 g Fett / 24 g Proteine / 89 g KH / 7,4 BE	Nudelflan (ACFG) Haschee-Sauce (L) Rübensalat gemixt 638 Kcal / 37 g Fett / 31 g Proteine / 43 g KH / 3,6 BE	Brokkolicremesuppe (G) Aufstrichteller (GMO) Brot (A) 574 Kcal / 37 g Fett / 21 g Proteine / 37 g KH / 3 BE
Donnerstag 22.10.2026	Nudelsuppe (ACL) Putenbraten (L) Zucchini-gemüse (G) Butterreis (G) Erdbeerkuchen (G) 942 Kcal / 31 g Fett / 62 g Proteine / 98 g KH / 8,2 BE	Kartoffelcremesuppe (AGL) Cremiges Zucchini-gemüse (G) mit Butterreis Erdbeerkuchen (G) 602 Kcal / 24 g Fett / 15 g Proteine / 79 g KH / 6,6 BE	Nudelsuppe (ACL) Topfenknödel (ACG) Butterbrösel Fruchtsauce Erdbeerkuchen (G) 1163 Kcal / 42 g Fett / 44 g Proteine / 145 g KH / 12,1 BE	Putenflan (ACG) Erdäpfelpüree (G) pürierten Zucchini (G) 537 Kcal / 34 g Fett / 23 g Proteine / 33 g KH / 2,8 BE	Kartoffelcremesuppe (AGL) Grießschmarren (AG) Apfelmus 667 Kcal / 19 g Fett / 12 g Proteine / 106 g KH / 8,8 BE
Freitag 23.10.2026	Dinkelockerlsuppe (ACGL) Fisch gebacken (ACDG) mit Petersilerdäpfel Birnen Kuchen 824 Kcal / 21 g Fett / 51 g Proteine / 102 g KH / 8,4 BE	Kräutercremesuppe (AGL) Gedämpftes Fischfilet (ADFG) mit Dillsauce (AGL) Petersilerdäpfel Birnen Kuchen 841 Kcal / 50 g Fett / 36 g Proteine / 60 g KH / 5 BE	Dinkelockerlsuppe (ACGL) Milchrahmstrudel (ACG) mit Vanillesauce Birnen Kuchen 800 Kcal / 39 g Fett / 32 g Proteine / 74 g KH / 6,1 BE	Herzhafter Fischflan (ACDFG) Erdäpfelpüree (G) passierte Dillsauce (AGL) 339 Kcal / 22 g Fett / 16 g Proteine / 18 g KH / 1,5 BE	Kräutercremesuppe (AGL) Bunter Nudelsalat (ACLO) mit Schinken 367 Kcal / 22 g Fett / 8 g Proteine / 34 g KH / 2,9 BE
Samstag 24.10.2026	Klare Suppe mit Reibteig (ACL) Hühnerkeule (AC) Reis Salat (MO) Vanillecreme Kuchen (FG) 811 Kcal / 37 g Fett / 22 g Proteine / 95 g KH / 7,8 BE	Tomatensuppe (L) Erdäpfelstrudel (ACG) mit Kräutersauce (AG) Vanillecreme Kuchen (FG) 619 Kcal / 23 g Fett / 19 g Proteine / 83 g KH / 6,8 BE	Klare Suppe mit Reibteig (ACL) Beerenbiskuit (AC) mit Schokoladensauce Vanillecreme Kuchen (FG) 489 Kcal / 14 g Fett / 18 g Proteine / 72 g KH / 6 BE	Hühnerflan (ACG) mit Natursaffil und Erbsenpüree (G) 278 Kcal / 18 g Fett / 17 g Proteine / 10 g KH / 0,9 BE	Tomatensuppe (L) Krainer (M) mit Senf, Kren und Brot (A) 664 Kcal / 41 g Fett / 30 g Proteine / 43 g KH / 3,5 BE
Sonntag 25.10.2026	Frittatensuppe (ACGL) Gebackenes Schweinschnitzel (ACG) mit Gurkensalat (GLM) und Petersilerdäpfel Biskuitroulade (ACFG) 1205 Kcal / 64 g Fett / 56 g Proteine / 96 g KH / 8 BE	Stoßsuppe (AGL) Gnocchi (A) mit Pesto (20ml) 1621 (G) Parmesan Biskuitroulade (ACFG) 944 Kcal / 59 g Fett / 27 g Proteine / 73 g KH / 6,1 BE	Frittatensuppe (ACGL) Reisaufgug (CG) mit Himbeersaft Biskuitroulade (ACFG) 940 Kcal / 44 g Fett / 25 g Proteine / 106 g KH / 8,9 BE	Herzhafter Flan (ACG) Erdäpfelpüree (G) püriertes Gemüse (G) 399 Kcal / 26 g Fett / 20 g Proteine / 18 g KH / 1,5 BE	Stoßsuppe (AGL) Saunaschinken (G) Brot (A) 662 Kcal / 39 g Fett / 41 g Proteine / 35 g KH / 2,9 BE

Änderungen vorbehalten

A=Gluten, B=Krebstiere, C=Ei, D=Fisch,
E=Erdnuss, F=Soja, G=Milch oder Lactose,
H=Schalenfrüchte, L=Sellerie, M=Senf,
N=Sesam, O=Süßlilie, P=Lupinen,
R=Weichtiere

Das Küchenteam wünscht "Guten Appetit!"

* Österreich = 3x A1 (geboren/gemästet/geschlachtet)
** Österreich = 2x A1 (gemolken/verarbeitet)

Speiseplan Abend

Woche 43 vom 19.10.2026 bis zum 25.10.2026

ABENDESSEN Alternativen
Wahlalternative 1: Milchspeise (AG) 307 Kcal / 12 g Fett / 14 g Proteine / 35 g KH / 2,9 BE
Wahlalternative 2: Frankfurter, Senf, Kren, Brot (AO) 466 Kcal / 31 g Fett / 21 g Proteine / 24 g KH / 2 BE
Wahlalternative 3: Debreziner, Senf, Kren, Brot (ALMO) 536 Kcal / 39 g Fett / 20 g Proteine / 25 g KH / 2 BE
Wahlalternative 4: Käseost, Ketchup (AG) 447 Kcal / 25 g Fett / 24 g Proteine / 29 g KH / 2,4 BE
Wahlalternative 5: Schinken- Käseost, Ketchup (AG) 424 Kcal / 25 g Fett / 19 g Proteine / 29 g KH / 2,4 BE

