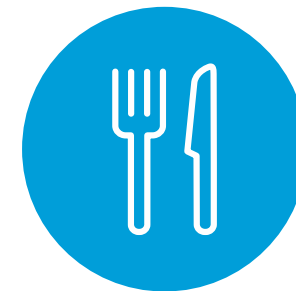


## INFORMATIONEN

Die Vitos Service gGmbH kocht täglich für viele Menschen. Jedes Jahr sind es rund 1 Million Menüs. Wir achten darauf, dass die Speisen abwechslungsreich und ernährungsphysiologisch ausgewogen sind. Unser Ziel ist es, dass es Ihnen schmeckt!



### Allergene:

- a. Eier
- b. Sesam
- c. Soja
- d. Milch
- e. Sellerie
- f. Getreide
- g. Senf
- h. Fisch
- i. Erdnüsse
- j. Krustentiere
- k. Nüsse
- l. Weichtiere
- m. Schwefeldioxid
- n. Lupinen

### Kennziffern der Zusatzstoffe:

- 1. mit Farbstoff
- 2. mit Konservierungsstoff
- 3. geschwefelt
- 4. gewachst
- 5. geschwärzt
- 6. koffeinhaltig
- 7. chininhaltig
- 8. mit Geschmacksverstärker
- 9. mit Antioxidationsmittel
- 10. mit Milcheiweiß
- 11. mit Phosphat
- 12. mit Süßstoff
- 13. Kunststoffüberzug
- 14. unter Schutzatmosphäre verpackt
- 15. aus Fischstücken zusammengesetzt

Die Berechnung der KE bezieht sich auf die zubereitete Portion, die nach der DGE-Nährwerttabelle berechnet ist. Sonderkostformen werden von den Menüs abgeleitet.

Wir verwenden nur jodiertes Speisesalz. Produktionsbedingte unvermeidbare Spuren können nicht ausgeschlossen werden. Bei abgepackten Artikeln sind die Zutaten auf dem Produkt hinterlegt.



Wir wünschen einen guten Appetit.

**MITTAGSMENÜ**  
**16.03.2026 –**  
**22.03.2026**  
.....  
KALENDERWOCHE 12



# MITTAGSMENÜ

## 16.03.2026 – 22.03.2026

### MONTAG

16.03.2026

#### Menü 1



740 kcal / 11 KE

**Indian Coconut Dal** <sup>b,f</sup>  
Langkornreis  
Gemüsesalat <sup>2,9,12</sup>

#### Menü 3



622 kcal / 8,5 KE

**Folienkartoffeln** <sup>14</sup>  
Sour Cream <sup>d, g,10</sup>  
Gemüsesalat <sup>2,9,12</sup>

**Dessert** Soja Dessert Karamell <sup>c</sup>  
108 kcal / 1,7 KE

### DIENSTAG

17.03.2026

#### Menü 1



1145 kcal / 9 KE

**Chili con Carne** <sup>f</sup>  
Sour Cream <sup>d,10</sup>  
Baguette <sup>f</sup>

#### Menü 2



542 kcal / 5 KE

**Seelachs gebraten** <sup>h,14</sup>  
Dillsauce <sup>c,d,e,f,g,10</sup>  
Salzkartoffeln  
Salat der Saison  
Joghurt Dressing <sup>a, d, e, g,10</sup>

#### Menü 3



380 kcal / 4 KE

**Vegetarische Kohlroulade** <sup>f</sup>  
Braune Sauce <sup>f</sup>  
Kartoffelpüree <sup>d, m,3,9,10,14</sup>

**Dessert** Frisches Obst <sup>4</sup>  
70 kcal / 1,5 KE

### MITTWOCH

18.03.2026

#### Menü 1



740 kcal / 7 KE

**Schweineschnitzel paniert** <sup>f</sup>  
Waldpilzsauce <sup>d, f,10</sup>  
Salzkartoffeln  
Erbsengemüse

#### Menü 2



740 kcal / 12,5 KE

**Milchreis** <sup>d,10</sup>  
mit Kirschrütze  
Zucker und Zimt

#### Menü 3



509 kcal / 5,5 KE

**Eintopf** <sup>e</sup>  
**Quer durch den Gemüsegarten**  
1 Paar Soja-Wiener <sup>a, 1</sup>  
Brötchen <sup>d, f, m,10</sup>

**Dessert** Birnenkompott <sup>9</sup>  
88 kcal / 1,6 KE

**Nachmittags** Kuchen <sup>a, b, c, d, k, m,11,12</sup>

### DONNERSTAG

19.03.2026

#### Menü 1



635 kcal / 7 KE

**Putengeschnetzeltes** <sup>e,f</sup>  
„Asia“  
Langkornreis  
Frühlingsgemüse <sup>e</sup>

#### Menü 2



576 kcal / 4 KE

**Leberkäse gebraten** <sup>2,9,11,14</sup>  
Bratensauce <sup>f</sup>  
Salzkartoffeln  
Chinakohlsalat  
Gartenkräuter Dressing <sup>a,d,e,g,10</sup>

#### Menü 3



968 kcal / 8 KE

**Käsespätzle Pfanne** <sup>a,d,f,10</sup>  
Chinakohlsalat  
Gartenkräuter Dressing <sup>a,d,e,g,10</sup>

**Dessert** Frisches Obst <sup>4</sup>  
70 kcal / 1,5 KE

### FREITAG

20.03.2026

#### Menü 1



553 kcal / 5,5 KE

**Paella** <sup>d,h,j,l,1</sup>  
mit Garnelen, Hähnchenbrust  
Edelfischen und Safran  
Gurkensalat <sup>2,9,12</sup>

#### Menü 2



700 kcal / 8 KE

**Bolognesesauce** <sup>e</sup>  
Spaghetti <sup>f</sup>  
Hartkäse gerieben <sup>d,1,2,10</sup>  
Gurkensalat <sup>2,9,12</sup>

#### Menü 3



729 kcal / 9,5 KE

**Gemüseburger Bratling** <sup>c,f</sup>  
Pusztasauce <sup>e,f,12</sup>  
Langkornreis  
Gurkensalat <sup>2,9,12</sup>

**Dessert** Fruchtjoghurt <sup>d,10</sup>  
129 kcal / 1,7 KE

### SAMSTAG

21.03.2026

#### Menü 1



931 kcal / 7,5 KE

**Linseneintopf** <sup>e</sup>  
mit Rauchfleisch, Kartoffeln und  
frischem Gemüse  
Mettenden <sup>2,9, e, g</sup>  
Brötchen <sup>d,f,m,10</sup>

#### Menü 3



698 kcal / 8 KE

**Pikanter „Veggie“ Eintopf** <sup>e</sup>  
mit Linsen, Sojabohnen,  
geräuchertem Tofu  
Brötchen <sup>d,f,m,10</sup>

**Dessert** Frisches Obst <sup>4</sup>  
70 kcal / 1,5 KE

### SONNTAG

22.03.2026

#### Menü 1



832 kcal / 8 KE

**Budapester Schaschlik Spieß** <sup>a,c,f,g,2</sup>  
aus Hackfleischbällchen vom Schwein  
mit Paprika und Bauchspeck  
Pusztasauce <sup>e,f,12</sup> und Spätzle <sup>a,f</sup>  
Balkansalat <sup>2,9</sup>

#### Menü 3



566 kcal / 8 KE

**Pastasauce „Veggienara“** <sup>d,e,f,10</sup>  
Spaghetti <sup>f</sup>  
Hartkäse gerieben <sup>d,1,2,10</sup>  
Balkansalat <sup>2,9</sup>

**Dessert** Milchpudding Butterkeks <sup>d, f, k,10</sup>  
68 kcal / 1 KE

**Nachmittags** Kuchen <sup>a, b, c, d, k, m,11,12</sup>

Änderungen vorbehalten