

# IHR SPEISEPLAN

für 20.07.2026 - 26.07.2026

KW 30

# Arbeiterwohlfahrt

Kreisverband Chemnitz und Umgebung e.V.

Küche »la cuisine« · Zwickauer Str. 247a · 09116 Chemnitz  
 info@la-cuisine-chemnitz.de · www.awo-chemnitz.de  
 Fax: 0371 495017-11

Tel: 0371 261022 - 10



# IHR SPEISEPLAN

für 20.07.2026 - 26.07.2026

KW 30

Name

Straße

PLZ/Ort

Änderungswünsche sind jeweils bis 14:30 Uhr des Vortages möglich. Für Änderungen Ihrer Wochenendbestellung informieren Sie uns bitte bis Freitag 12:00 Uhr.

Wochenend-/Feiertagspauschale: 0,30 € pro Menü.

MENÜ	1 Tagesgericht 1 "vegetarisch"	2 Tagesgericht 2 "Traditionell & herzhaft"	3 Tagesgericht 3 "hausmannskost"	4 Tagesgericht 4 "Gericht der Woche"	5 Tagesgericht 5 "fein & klein"	N Nudelgericht "appetitlich"	6 Salat der Woche "knackig & frisch"	7 Nachtisch "fruchtig & süß"	8 Kaltgericht "appetitlich"
Mo 20.07.	Hausgemachter Kartoffeleintopf nach "Sächsischer Art" [1,L] 390,5 Kcal - 6,6 EW 17,7 Fett - 37 KH 5,90 €	Feiner Hackbraten [2,3,8,LM] mit Zwiebelsoße [A(A1)], Bohnengemüse und Kartoffelpüree [1,G] 531,3 Kcal - 22,7 EW 25,1 Fett - 49,4 KH 6,90 €	Fluffige Pfannkuchen [A(A1)CG] mit Vanillesoße [1,G] 530,4 Kcal - 17,9 EW 16,6 Fett - 77,3 KH 5,90 €	Bestellbar von Montag bis Sonntag <b>Geschmorte Schweineroulade "Hausfrauen Art"</b> [2,3,M] in Rouladensoße [A(A1)M], dazu Schwarzwurzeln in Rahm [1,A(A1)GL] und Petersilienkartoffeln 566,6 Kcal - 30,8 EW 23,1 Fett - 54,4 KH 9,40€ / 9,70€ (Wochenende)	Feines Gemüseragout in Sauerrahmsauce mit Salzkartoffeln [A(A1)GL] 280 Kcal - 6 EW 11,6 Fett - 34 KH 9,30 €	Bestellbar von Montag bis Sonntag <b>Grüne Bandnudeln</b> [A(A1)] mit mediterraner Spinat-Lachs-Sahnesoße [A(A1)DG] 438,6 Kcal - 13,2 EW 14 Fett - 61,1 KH 5,90€ / 6,20€ (Wochenende)	Bestellbar von Montag bis Sonntag <b>Tomatensalat mit Hirtenkäse</b> [G] und ein Mehrkornbrötchen [A(A1)A2A3A4] 636,7 Kcal - 27,5 EW 38,5 Fett - 44 KH 5,20€ / 5,50€ (Wochenende)	Vanillequark [G] mit Pfirsich-Maracujamus [1,3] 291 Kcal - 11,6 EW 6,5 Fett - 39,1 KH 2,65 €	Hausgemachter Kartoffelsalat [2,A(A1)CGLM], wahlweise mit: V= "Vosi" Schweine-Frikadelle [A(A1)C] S= pan. Schweineschnitzel [A(A1)] oder W= 2 Wiener Würstchen [2,3,8] 1214,1 Kcal - 56,9 EW 74,8 Fett - 74,8 KH 5,90 €
Di 21.07.	Vegetarischer Linseneintopf mit buntem Gemüse [A(A1)L] 532,8 Kcal - 23,6 EW 2,7 Fett - 92,5 KH 5,90 €	Kasselerulasch [2,3,A(A1)] mit Semmelknödeln [A(A1)CG] 709,4 Kcal - 38,1 EW 25,1 Fett - 88,2 KH 6,90 €	Bunter Gemüseintopf mit Hühnerfleisch und Kartoffelwürfeln [A(A1)L] 307,2 Kcal - 15,8 EW 8,3 Fett - 43,3 KH 5,90 €		Hausgemachte Rinderfrikadelle in herzhafter Bratensoße mit Rahmspinat und Petersilienkartoffeln [A(A1)CGLM] 351,4 Kcal - 11,8 EW 19,4 Fett - 29,3 KH 9,30 €			Erdbeer-Rhabarber-Joghurtspeise [10,G] 126 Kcal - 8 EW 2,8 Fett - 16 KH 2,65 €	Hausgemachter Nudelsalat [2,3,8,A(A1)CFG], wahlweise mit: V= "Vosi" Schweine-Frikadelle [A(A1)C] S= pan. Schweineschnitzel [A(A1)] oder W= 2 Wiener Würstchen [2,3,8] 1193,1 Kcal - 56,9 EW 75,4 Fett - 68,8 KH 5,90 €
Mi 22.07.	Spirelli-Nudeln mit Tomatensoße [A(A1)] und geriebenem Käse [G] 548,4 Kcal - 21 EW 13,6 Fett - 82,1 KH 5,90 €	Rostbratwurst "Thüringer Art" [8] mit Bratensoße [A(A1)], dazu Specksauerkraut [1,M] und Salzkartoffeln 619,9 Kcal - 26,5 EW 36,3 Fett - 49,4 KH 6,90 €	Blumenkohl-cremesuppe [1,A(A1)GL] mit zwei Hackfleischklößchen [C] 660,3 Kcal - 32,9 EW 37,8 Fett - 45 KH 5,90 €		Hähnchenfilets in feiner Sauerrahm-Kräutersoße, dazu Gemüseris [A(A1)GLM] 343,2 Kcal - 14,8 EW 15,2 Fett - 33,9 KH 9,30 €			Orangen-Cremespeise [1,3,10,FG] mit Mandarinen 493,4 Kcal - 4 EW 42,2 Fett - 23,4 KH 2,65 €	Hausgemachter Kartoffelsalat [2,A(A1)CGLM], wahlweise mit: V= "Vosi" Schweine-Frikadelle [A(A1)C] S= pan. Schweineschnitzel [A(A1)] oder W= 2 Wiener Würstchen [2,3,8] 1214,1 Kcal - 56,9 EW 74,8 Fett - 74,8 KH 5,90 €
Do 23.07.	Kräuterquark [G] mit Butter [G] und Dampfkartoffeln 471,7 Kcal - 20,1 EW 19,8 Fett - 51 KH 5,90 €	Kohlroulade [A(A1)M] mit Specksoße [1,A(A1)] und Salzkartoffeln 623,3 Kcal - 16,7 EW 34,1 Fett - 58,1 KH 6,90 €	Bandnudeln [A(A1)] mit Karotten-Spinatrahmsauce [1,A(A1)GL] und geriebenem Hartkäse [G] 301,8 Kcal - 41 EW 44,5 Fett - 81,2 KH 5,90 €		Reibekuchen mit Apfelmus [A(A1)C] 544 Kcal - 7,2 EW 22,4 Fett - 72,8 KH 9,30 €			Quarkdessert [7,FG] mit Erdbeerfruchtpüree [3] 280,5 Kcal - 13 EW 6,1 Fett - 40,4 KH 2,65 €	Hausgemachter Nudelsalat [2,3,8,A(A1)CFG], wahlweise mit: V= "Vosi" Schweine-Frikadelle [A(A1)C] S= pan. Schweineschnitzel [A(A1)] oder W= 2 Wiener Würstchen [2,3,8] 1193,1 Kcal - 56,9 EW 75,4 Fett - 68,8 KH 5,90 €
Fr 24.07.	Milchreis mit Zucker und Zimt [1,G], dazu Erdbeerkompott 609 Kcal - 16 EW 14,1 Fett - 99,2 KH 5,90 €	Panierter Seelachs mit Senf-Honigfüllung [A(A1)DGM], dazu Wurzelgemüsewürfelchen in Rahm [1,A(A1)GL] und Butterkartoffeln [G] 471,3 Kcal - 7,7 EW 17,6 Fett - 53,9 KH 6,90 €	Hirten-Pfanne "Griechischer Art" mit Reismehl und Hirtenkäse [A(A1)G] 481,5 Kcal - 17,1 EW 14 Fett - 67,5 KH 5,90 €		Feine Bratwurst vom Schwein in dunkler Soße mit Kohlrabi-Möhrengemüse und Stampfkartoffeln [3,A(A1)CGL] 444 Kcal - 12,8 EW 32 Fett - 23,2 KH 9,30 €			Rote Grütze mit Vanillesoße [1,G] 303 Kcal - 3,7 EW 6,5 Fett - 55,6 KH 2,65 €	Hausgemachter Kartoffelsalat [2,A(A1)CGLM], wahlweise mit: V= "Vosi" Schweine-Frikadelle [A(A1)C] S= pan. Schweineschnitzel [A(A1)] oder W= 2 Wiener Würstchen [2,3,8] 1214,1 Kcal - 56,9 EW 74,8 Fett - 74,8 KH 5,90 €
Sa 25.07.	Chili sin Carne (mild abgeschmeckt) [FL] mit einem Weizenbrötchen [A(A1)A3] 374,4 Kcal - 20 EW 10,5 Fett - 48 KH 6,20 €	Hähnchenschnitzel [A(A1)] mit Geflügelsoße [A(A1)], Erbsengemüse und Salzkartoffeln 505,1 Kcal - 30,1 EW 12,7 Fett - 66 KH 7,20 €	Kuchenangebot A Apfelkuchen [A(A1)G] 289 Kcal - 4,2 EW 7,1 Fett - 40,9 KH K Kirschkuchen [A(A1)C,G] 356 Kcal - 4,1 EW 17,9 Fett - 43,9 KH B Butterkuchen [A(A1)G,H(H1)] 422 Kcal - 6,1 EW 23,1 Fett - 46,2 KH		Geflügelfrikadelle in Bratensoße mit Wirsinggemüse und Kartoffelpüree [A(A1)GLM] 337,9 Kcal - 15,9 EW 18,1 Fett - 26,3 KH 9,60 €			Birnedessert mit Schokopudding [G] 273 Kcal - 3,3 EW 5,7 Fett - 52,1 KH 2,65 €	Hausgemachter Nudelsalat [2,3,8,A(A1)CFG], wahlweise mit: V= "Vosi" Schweine-Frikadelle [A(A1)C] S= pan. Schweineschnitzel [A(A1)] oder W= 2 Wiener Würstchen [2,3,8] 1193,1 Kcal - 56,9 EW 75,4 Fett - 68,8 KH 6,20 €
So 26.07.	Wirsingkohleintopf mit Kartoffelwürfel [A(A1)L] 194,8 Kcal - 7,5 EW 2,2 Fett - 31,7 KH 6,20 €	Schweinebraten [LM] in Bratensoße [A(A1)] mit feinen Möhrchen und Dampfkartoffeln 466,7 Kcal - 28,2 EW 16,9 Fett - 47 KH 7,20 €			Zartes Hühnerfleisch in Champignonsauce dazu Erbsen naturell und Langkornreis [99,FR] 339,3 Kcal - 22,6 EW 8,6 Fett - 39 KH 9,60 €			Aprikosen-Kompott mit Vanillesoße [1,G] 281 Kcal - 4,3 EW 6,7 Fett - 49 KH 2,65 €	Hausgemachter Kartoffelsalat [2,A(A1)CGLM], wahlweise mit: V= "Vosi" Schweine-Frikadelle [A(A1)C] S= pan. Schweineschnitzel [A(A1)] oder W= 2 Wiener Würstchen [2,3,8] 1214,1 Kcal - 56,9 EW 74,8 Fett - 74,8 KH 6,20 €

MENÜ	1	2	3	4	5	N	6	7	8	K
Mo 20.07.										V S W A K B
Di 21.07.										V S W A K B
Mi 22.07.										V S W A K B
Do 23.07.										V S W A K B
Fr 24.07.										V S W A K B
Sa 25.07.										V S W A K B
So 26.07.										V S W A K B

Die Bezeichnungen hinter den einzelnen Speisen im oben aufgeführten Speiseplan haben folgende Bedeutung: Deklarationspflichtige Zusatzstoffe: [1] Farbstoff [2] Konservierungsstoff [3] Antioxidationsmittel [4] Geschmacksverstärker [5] geschwefelt [6] geschwärzt [7] gewachst [8] Phosphat [9] Süßungsmittel [10] Phenylalanin-Quelle [11] abführend [12] unter Schutzatmosphäre verpackt [99] frei von deklarationspflichtigen Stoffen Allergene: [A] Gluten [A1] Weizen [A2] Roggen [A3] Gerste [A4] Hafer [A5] Dinkel [A6] Kamut [B] Krebs [C] Ei [D] Fisch [E] Erdnuss [F] Soja [G] Milch [H] Schalen [H1] Mandel [H2] Haselnuss [H3] Walnuss [H4] Kaschunuss [H5] Pecannuss [H6] Paranuss [H7] Pistazien [H8] Macadamianuss [H9] Queenslandnüsse [L] Sellerie [M] Senf [N] Sesam [O] Sulfite [P] Lupine [R] Weichtiere [FR] praktisch Allergenfrei, dennoch können Spuren von Allergenen enthalten sein.

\* Über die in unseren Produkten enthaltenen allergenen Zutaten und Verarbeitungshilfsstoffe geben wir Ihnen gern mündlich Auskunft. Eine schriftliche Dokumentation kann jederzeit eingesehen werden.

Bestellungen aus Spalte 7-K sind nur in Verbindung mit einem Menü (Spalte 1-6) möglich. Änderungen vorbehalten