

Name:	
Tour:	
Sonderinfo:	

Speiseplan vom 08.12.2025 bis 14.12.2025

alle Gerichte auch in Abwandlung für Diabetiker geeignet
Änderungen bleiben der Küche vorbehalten!

Küchenleiter:

bitte die Speisepläne bis spätestens Donnerstag dem Fahrer wieder mitgeben

Caritas Pflegen und Betreuen
Castrop-Rauxel gGmbH
(Büro: 97308-250 / Fax: 97308-221
Das "EaR" - Team wünscht
Guten Appetit

	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Sonntag bis Freitag Tagessuppe täglich Dessert und Kekse		
Montag 08.12.2025	falsches Kotelett mit Dicken Bohnen und Speck (1,2,3,4,A1,H1,H2,J,K) und Kartoffelstampf <input type="checkbox"/>	Chinakohltopf (2,4,A1,A3,J,K) mit Kartoffeln und Geflügelwürstchen (1,3,4,6,H1,H2,J) <input type="checkbox"/>	"Griechische Hirtenpfanne" Reisnudeln mit Fetakäse und Gemüse (2,4,A1,H1,H2,J,K) <input type="checkbox"/>	Tagessuppe <input type="checkbox"/> oder Milchsuppe <input type="checkbox"/> Dessert <input type="checkbox"/>	passierte Kost <input type="checkbox"/> Püree <input type="checkbox"/> Gebäck <input type="checkbox"/>	
Dienstag 09.12.2025	Grünkohl "Bürgerlich" (2,3,4,8,A1,A3,J,K) und Mettwurst (1,3) <input type="checkbox"/>	Hähnchenschnitzel mit Salbeirahmsauce (A1,A3,H1,H2) Vitalgemüse (2,4,A1,K) und Reis <input type="checkbox"/>	Ravioli mit Ricotta-Spinatfüllung (A1,H1,H2) mit Kirschtomatensauce (2,4,A1,K) und buntem Salat auf French-Dressing (D,K) <input type="checkbox"/>	Tagessuppe <input type="checkbox"/> oder Milchsuppe <input type="checkbox"/> Dessert <input type="checkbox"/>	passierte Kost <input type="checkbox"/> Püree <input type="checkbox"/> Gebäck <input type="checkbox"/>	
Mittwoch 10.12.2025	panierter Goldbarsch (A1,D,E) Zitronensauce (A1,H1,H2) mit Karottengemüse (2,4,A1,K) und Butterkartoffeln (H1,H2) <input type="checkbox"/>	gegarter Schweineschinken mit Rahmsauce (3,4,8,A1,A3,H1,H2), Brokkoli (2,4,A1,K) & Kartoffelgratin (D,H1,H2) <input type="checkbox"/>	Tellerrösti mit Pilzragout (2,4,A1,K) und Eisbergsalat auf Currydressing (D,H1,H2,K) <input type="checkbox"/>	Tagessuppe <input type="checkbox"/> oder Milchsuppe <input type="checkbox"/> Dessert <input type="checkbox"/>	passierte Kost <input type="checkbox"/> Püree <input type="checkbox"/> Gebäck <input type="checkbox"/>	
Donnerstag 11.12.2025	Rahmgeschnetzeltes vom Hähnchen (A1,A3,H1,H2) mit Erbsen (2,4,A1,K) & Eierspätzle <input type="checkbox"/>	Spaghetti "Bolognese" (2,4,A1,J,K) mit Rindfleischsauce, geriebenen Käse (H1,H2) und buntem Salat auf Balsamico Dressing <input type="checkbox"/>	Grießbrei (H1,H2) und Zimt & Zucker <input type="checkbox"/>	Tagessuppe <input type="checkbox"/> oder Milchsuppe <input type="checkbox"/> Dessert <input type="checkbox"/>	passierte Kost <input type="checkbox"/> Püree <input type="checkbox"/> Gebäck <input type="checkbox"/>	
Freitag 12.12.2025	Schlemmerfilet "Bordelaise" (A1,E) mit Dillsauce (H1,H2), Salzkartoffeln und grünem Salat auf Sylter Dressing (D,K) <input type="checkbox"/>	Eier in Senfsauce (D,H1,H2,K) mit Blattspinat (2,4,A1,K) und Sahnestampf (H1,H2) <input type="checkbox"/>	Chili sin carne (vegetarisch) mit Ciabattabrotchen (A1) und Salat auf Sylter Dressing (D,H1,H2,K) <input type="checkbox"/>	Tagessuppe <input type="checkbox"/> oder Milchsuppe <input type="checkbox"/> Dessert <input type="checkbox"/>	passierte Kost <input type="checkbox"/> Püree <input type="checkbox"/> Gebäck <input type="checkbox"/>	
Samstag 13.12.2025	Graupensuppe mit Suppengrün (2,4,A1,A3,J) mit gekochtem Rindfleisch <input type="checkbox"/>	gebratene Hähnchenbrust mit Kräutersauce (2,4,A1,H1,H2,K) Schwarzwurzeln (2,4,A1,K) und Dampfkartoffeln <input type="checkbox"/>	Blumenkohl-Käse-Medaillon (A1,D,H1,H2,J) mit Kräutersauce (H1,H2) und Dampfkartoffeln <input type="checkbox"/>	Milchsuppe <input type="checkbox"/> Dessert <input type="checkbox"/>	passierte Kost <input type="checkbox"/> Püree <input type="checkbox"/> Gebäck <input type="checkbox"/>	
Sonntag 14.12.2025	Rinderroulade "Hausfrauen Art" (1,3,A1,A3,H1,H2) mit Apfelrotkohl (2,4,A1,K) und Kartoffelklöße <input type="checkbox"/>	Rahmgulasch mit Waldpilzen (Pute A1,A3,H1,H2,) Blumenkohl (2,4,A1,K) und Nudeln (A1,D) <input type="checkbox"/>	Teigtasche mit Hirtenkäse-Spinat-Füllung (A1,D,H1,H2), Tomatensauce (2,4,A1,K) Reis und Bauernsalat (5,H1,H2) <input type="checkbox"/>	Tagessuppe <input type="checkbox"/> oder Milchsuppe <input type="checkbox"/> Dessert <input type="checkbox"/>	passierte Kost <input type="checkbox"/> Püree <input type="checkbox"/> Gebäck <input type="checkbox"/>	

Name:	
Tour:	
Sonderinfo:	

Speiseplan vom 15.12.2025 bis 21.12.2025

alle Gerichte auch in Abwandlung für Diabetiker geeignet
Änderungen bleiben der Küche vorbehalten!

Küchenleiter:

bitte die Speisepläne bis spätestens Donnerstag dem Fahrer wieder mitgeben

Caritas Pflegen und Betreuen
Castrop-Rauxel gGmbH
(Büro: 97308-250 / Fax: 97308-221
Das "EaR" - Team wünscht
Guten Appetit

	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Sonntag bis Freitag Tagessuppe täglich Dessert und Kekse
Montag 15.12.2025	Rindergeschnetzeltes "Stroganoff Art" (A1,A3,H1,H2,K) mit Leipziger Allerlei (2,4,A1,K) und schwäb. Spätzle (A1,D) <input type="checkbox"/>	Hähnchenpiccata mit Tomatensauce (A1,H1,H2) Makkaroni (A1,D) und buntem Blattsalat auf <input type="checkbox"/> Balsamico Dressing	veganer Kohlrabitopf (2,4,A1,K) mit gebratenen Hackbällchen (A1,J,Erbosenprotein-Vegan) <input type="checkbox"/>	Tagessuppe <input type="checkbox"/> passierte Kost <input type="checkbox"/> oder Milchsuppe <input type="checkbox"/> Püree <input type="checkbox"/> Dessert <input type="checkbox"/> Gebäck <input type="checkbox"/>
Dienstag 16.12.2025	grobe Bratwurst (3,A1,A3,H1,H2) mit Speckbohnen (1,2,3,4,A1,K) und Kartoffelstampf <input type="checkbox"/>	schnell gegarter Putenbraten (A1,A3,H1,H2) mit Kräutersauce (2,4,A1,H1,H2,K) Vitalgemüse (2,4,A1,K) und Salzkartoffeln <input type="checkbox"/>	Knusper-Schnitte "Hong Kong" mit Reis und Sauce süß-sauer <input type="checkbox"/>	Tagessuppe <input type="checkbox"/> passierte Kost <input type="checkbox"/> oder Milchsuppe <input type="checkbox"/> Püree <input type="checkbox"/> Dessert <input type="checkbox"/> Gebäck <input type="checkbox"/>
Mittwoch 17.12.2025	Schweinekrustenbraten mit Senfsauce (A1,A3,H1,H3,K), geschmorter Wirsing (2,4,A1,K) und Salzkartoffeln <input type="checkbox"/>	grüne Bandnudeln (A1,D) mit Wildlachswürfeln in Sahnesauce (H1,H2) und Salat auf Joghurt Dressing (D,H1,H2) <input type="checkbox"/>	gebackener Feta "Saganaki" (A1,H1,H2) mit Gemüsereis (2,4,A1,K) und Zaziki (1,D,H1,H2) <input type="checkbox"/>	Tagessuppe <input type="checkbox"/> passierte Kost <input type="checkbox"/> oder Milchsuppe <input type="checkbox"/> Püree <input type="checkbox"/> Dessert <input type="checkbox"/> Gebäck <input type="checkbox"/>
Donnerstag 18.12.2025	Fleischkäse (1,3) Senf (K) Bratensauce (3,4,8,A1,A3,J,K) mit Rahmkohlrabi (2,4,H1,H2,K) Butterkartoffeln (H1,H2) <input type="checkbox"/>	Hähnchenstreifen in fruchtiger Kokosmilch-Currysauce (3,4,A1,J) mit Brokkoli (2,4,A1,K) und Reis <input type="checkbox"/>	vegane Frikadelle mit Zwiebelsauce (2,4,A1,K) mit Kohlrabigemüse (2,4,A1,K) und veg. Kartoffelpüree <input type="checkbox"/>	Tagessuppe <input type="checkbox"/> passierte Kost <input type="checkbox"/> oder Milchsuppe <input type="checkbox"/> Püree <input type="checkbox"/> Dessert <input type="checkbox"/> Gebäck <input type="checkbox"/>
Freitag 19.12.2025	2 Fischfrikadellen (A1,E) mit Remouladensauce (A1,D,I,K), Röstkartoffeln und Gurken-Dill-Salat <input type="checkbox"/>	Eieromelette mit Kräutersauce (D,H1,H2) Fingermöhren (2,4,A1,K) und Salzkartoffeln <input type="checkbox"/>	Couscous Pfanne (2,4,A1,K) mit Mango-Limettensauce und Ciabattabrotchen (A1) <input type="checkbox"/>	Tagessuppe <input type="checkbox"/> passierte Kost <input type="checkbox"/> oder Milchsuppe <input type="checkbox"/> Püree <input type="checkbox"/> Dessert <input type="checkbox"/> Gebäck <input type="checkbox"/>
Samstag 20.12.2025	Kohlroulade (D) mit Kümmelsauce (2,4,A1,H1,H2) und Salzkartoffeln <input type="checkbox"/>	westfälische Kartoffelsuppe (2,4,A1,A3,J,K) mit Geflügel Wiener Würstchen (1,3,4,6,H1,H2,J) <input type="checkbox"/>	Vollkornspaghetti (A1) mit Linsenbolognese (vegan; 2,4,A1,K) und gerieb. Käse (H1,H2) <input type="checkbox"/>	Milchsuppe <input type="checkbox"/> passierte Kost <input type="checkbox"/> Dessert <input type="checkbox"/> Püree <input type="checkbox"/> Gebäck <input type="checkbox"/>
Sonntag 21.12.2025	Rindergulasch mit Pilzen (A1,A3,H1,H2) Zuckererbsen (2,4,A1,K) und Gabelspaghetti (A1,D) <input type="checkbox"/>	Kalbstafelspitz mit Rahmsauce (A1,A3,H1,H2) Kaisergemüse (2,4,A1,K) und Salzkartoffeln <input type="checkbox"/>	Milchreis (H1,H2) mit Zimt und Zucker <input type="checkbox"/>	Tagessuppe <input type="checkbox"/> passierte Kost <input type="checkbox"/> oder Milchsuppe <input type="checkbox"/> Püree <input type="checkbox"/> Dessert <input type="checkbox"/> Gebäck <input type="checkbox"/>

Name:	
Tour:	
Sonderinfo:	

Speiseplan vom 22.12.2025 bis 28.12.2025

alle Gerichte auch in Abwandlung für Diabetiker geeignet
Änderungen bleiben der Küche vorbehalten!

Küchenleiter:

bitte die Speisepläne bis spätestens Donnerstag dem Fahrer wieder mitgeben

Caritas Pflegen und Betreuen
Castrop-Rauxel gGmbH
(Büro: 97308-250 / Fax: 97308-221
Das "EaR" - Team wünscht
Guten Appetit

	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Sonntag bis Freitag Tagessuppe täglich Dessert und Kekse
Montag 22.12.2025	Grünkohl "Bürgerlich" (2,3,4,8,A1,A3,J,K) und Mettwurst (1,3) <input type="checkbox"/>	Putenstreifen in Kräutersauce (2,3,4,A1,H1,H2,K), Schmetterlingsnudeln (A1,D), & bunter Salat auf Joghurtressing (D,H1,H2) <input type="checkbox"/>	Thai-Curry mit Pak Choi (scharf: 2,4,A1,G7,K) und Reis <input type="checkbox"/>	Tagessuppe <input type="checkbox"/> passierte Kost <input type="checkbox"/> oder Milchsuppe <input type="checkbox"/> Püree <input type="checkbox"/> Dessert <input type="checkbox"/> Gebäck <input type="checkbox"/>
Dienstag 23.12.2025	Hähnchenbrustfilet "Diana" (A1,A3,H1,H2,3,4,J) mit Ratatouillegemüse (2,4,A1,K) und Spirelli (A1,D) <input type="checkbox"/>	Königsberger Klopse in Kapernsauce (D,H1,H2) mit Rote Bete (8) und Salzkartoffeln <input type="checkbox"/>	Spaghetti "Arrabiata" (A1,D) mit scharfer Tomatensauce (2,4,A1,K) und Bauernsalat (5,H1,H2) <input type="checkbox"/>	Tagessuppe <input type="checkbox"/> passierte Kost <input type="checkbox"/> oder Milchsuppe <input type="checkbox"/> Püree <input type="checkbox"/> Dessert <input type="checkbox"/> Gebäck <input type="checkbox"/>
Mittwoch 24.12.2025	Schmorbraten vom Rind (A1,A3,H1,H2) mit Rahmwirsing (H1,H2) und Butterkartoffeln (H1,H2) <input type="checkbox"/>	kaltes Hähnchenschnitzel (A1) mit Kartoffelsalat (1,2,8,D,K) <input type="checkbox"/>	veg. "Hot Bowl" Falafelbällchen (A1,J) Tomatensauce (2,4,A1,K), Grillgemüse und Cashewkernen (G7) auf Kartoffelpüree <input type="checkbox"/>	Tagessuppe <input type="checkbox"/> passierte Kost <input type="checkbox"/> oder Milchsuppe <input type="checkbox"/> Püree <input type="checkbox"/> Dessert <input type="checkbox"/> Gebäck <input type="checkbox"/>
Donnerstag 25.12.2025	geschmorte Entenkeule mit Orangensauce (A1,A3,H1,H2) Rosenkohl (2,4,A1,K) und Kartoffelrösti <input type="checkbox"/>	Schweinefiletstreifen in Champignon-Rahmsauce (A1,A3,H1,H2) mit Kaisergemüse (2,4,A1,K) und Kartoffelgratin (D,H1,H2) <input type="checkbox"/>	Tortellini "Verdura" mit Gemüsefüllung (2,4,A1,K) mit Käsesauce (2,4,A1,D,H1,H2,J,K) und buntem Salat auf Italian-Dressing (J) <input type="checkbox"/>	Tagessuppe <input type="checkbox"/> passierte Kost <input type="checkbox"/> oder Milchsuppe <input type="checkbox"/> Püree <input type="checkbox"/> Dessert <input type="checkbox"/> Gebäck <input type="checkbox"/>
Freitag 26.12.2025	fisches Hirschgulasch mit Pilzen (A1,A3,H1,H2) grünen Bohnen (2,4,A1,K) und Semmelknödeln (A1,D) <input type="checkbox"/>	pochiertes Lachsfilet mit Garnelsauce (H1,H2) Mandelbrokkoli (2,4,A1,G1,K) und bunten Bandnudeln (A1,D) <input type="checkbox"/>	vegetarische Frühlingsrolle (A1,D) mit Sauce "Süß-Sauer" (I) und Reis (2) <input type="checkbox"/>	Tagessuppe <input type="checkbox"/> passierte Kost <input type="checkbox"/> oder Milchsuppe <input type="checkbox"/> Püree <input type="checkbox"/> Dessert <input type="checkbox"/> Gebäck <input type="checkbox"/>
Samstag 27.12.2025	westfälische Linsensuppe (2,3,4,A1,A3,J,K) mit Mettwurst (1,3,) <input type="checkbox"/>	Sahnebraten von der Pute (2,4,A1,H1,H2,K) mit Kohlrabi (2,4,A1,K) und Salzkartoffeln <input type="checkbox"/>	Kartoffel-Gemüse- Auflauf (A1,D,H1,H2) <input type="checkbox"/>	Milchsuppe <input type="checkbox"/> passierte Kost <input type="checkbox"/> Dessert <input type="checkbox"/> Püree <input type="checkbox"/> Gebäck <input type="checkbox"/>
Sonntag 28.12.2025	Sauerbraten vom Rind (A1,A3,4,A1,A3,J,K) mit Rotkohl (2,4,A1,A3,J,K) und Kartoffelklößen <input type="checkbox"/>	Geschnetzeltes vom Schwein in Rahmsauce (A1,A3,H1,H2) mit buntem Gemüse (2,4,A1,K) und schwäb. Eierspätzle (A1,D) <input type="checkbox"/>	Kaiserschmarrn mit Rosinen (A1,D,H1,H2) Vanillesauce (2,H1,H2) und Apfelkompott (3) <input type="checkbox"/>	Tagessuppe <input type="checkbox"/> passierte Kost <input type="checkbox"/> oder Milchsuppe <input type="checkbox"/> Püree <input type="checkbox"/> Dessert <input type="checkbox"/> Gebäck <input type="checkbox"/>