



Ihr Speiseplan von der Nachbarschaftshilfe Haar

Guten Appetit



Name: _____

KW 5 vom 26.01. – 01.02.2026

Datum	MENÜ 1	MENÜ 2
Montag, 26.01.	<input type="radio"/> Maultaschensuppe A,D1,J Szegediner Gulasch mit Reis und Kraut D1,G,GL,S Beeren-Quarkcreme G,GL	<input type="radio"/> Maultaschensuppe A,D1,J Käsespätzle mit Röstzwiebeln, dazu Gurkensalat A,D1,G,GL Beeren-Quarkcreme G,GL
Dienstag, 27.01.	<input type="radio"/> Selleriecremesuppe G,GL,J Cordon bleu mit Kartoffel-Gurkensalat und Preiselbeeren 1,5,A,D1,G,S Süßes Gebäck A,D1,G,GL,H1	<input type="radio"/> Selleriecremesuppe G,GL,J Spaghetti al Norma mit Tomaten-Auberginensoße 1,5,A,D1,G,GL,S Süßes Gebäck A,D1,G,GL,H1
Mittwoch, 28.01.	<input type="radio"/> Bohneneintopf J Wiener Würstchen mit Linsenragout, Wurzelgemüse und Spätzle A,D1,G,GL,J Zwetschgenkompott	<input type="radio"/> Bohneneintopf J Grießauflauf mit Kirschrageout D1,G,GL,J Zwetschgenkompott
Donnerstag, 29.01.	<input type="radio"/> Pfannkuchensuppe A,D1,G,J Schweinegeschnetzeltes in Rahmsoße mit Spätzle und Erbsen-Karottengemüse A,S Obstsalat	<input type="radio"/> Pfannkuchensuppe A,D1,G,J Gnocchi al forno mit Brokkoli in Pesto-Rahm A,G,GL Obstsalat
Freitag, 30.01.	<input type="radio"/> Rote-Beete-Eintopf D1,J Seelachsfilet mit Weißweinsoße, Spinat und Kartoffeln C,G,GL,J Blechkuchen A,D1,G,GL,H	<input type="radio"/> Rote-Beete-Eintopf D1,J Gemüseauflauf mit Tomatensoße und Kartoffeln D1,G,GL,J Blechkuchen A,D1,G,GL,H
Samstag, 31.01.	<input type="radio"/> Kartoffel-Lauch-Cremesuppe G,GL Kartoffel-Fenchel-Eintopf mit gebratener Salsiccia G,GL,J Kirschjoghurt G,GL	<input type="radio"/> Kartoffel-Lauch-Cremesuppe G,GL Kaiserschmarrn mit Apfelkompott A,D1,G,GL,H Kirschjoghurt G,GL
Sonntag, 01.02.	<input type="radio"/> Blumenkohlsuppe G,GL Rindergeschnetzeltes in Rahmsoße mit Reis und Leipziger Allerlei A,G,GL,J,R Früchtequark G,GL	<input type="radio"/> Blumenkohlsuppe G,GL Französisches Schmorgemüse mit Rosmarinkartoffeln Früchtequark G,GL

Abweichungen der Beilagenkomponenten können saisonbedingt vorkommen. Allergene und Zusatzstoffe s. Rückseite

Bestellungen bitte bis Mittwoch, 21.01.2026

den Fahrer*innen mitgeben oder per E-Mail an essen@nbh-haar.de

Name	Listenname	Kürzel	Allergen
Senf / Senferzeugnisse	Senf	K	X
Sellerie / Sellerieerzeugnisse	Sellerie	J	X
Schwefeldioxid / Sulfite	Schwefel	I	X
Schalenfrüchte	Schalenfrü	H	X
Laktose	Laktose	GL	X
Milch / Milcherzeugnisse	Milch	G	X
Lupine / Lupinenerzeugnisse	Lupine	F	X
Krebstiere / Krebstiererzeugnisse	Crustacea	E	X
Glutenhaltige Getreide	Gluten	D	X
Fisch / Fischerzeugnisse	Fisch	C	X
Erdnüsse / Erdnusserzeugnisse	Erdnüsse	B	X
Eier / Eierzeugnisse	Eier	A	X
Allergenfrei	AA AllFrei		X
alkoholhaltig	alc	alc	
eine Phenylalaninquelle	18 Phenyla	18	
Phosphat	17 Phospha	17	
Nitrat	16 Nitrat	16	
gewachst	15 gewachs	15	
geschwärzt	14 geschwä	14	
Chinin	13 Chin	13	
Koffein	12 Koff	12	
geschwefelt	11 geschwe	11	
Verdickungsmittel	10 Verdick	10	
Süßungsmittel	9 Süßung	9	
Säuerungsmittel	8 Säuerung	8	
Stabilisatoren	7 Stabilis	7	
Nitritpökelsalz	6 Nitritp	6	
Konservierungsstoffe	5 Konser	5	
Geschmacksverstärker	4 Geschm	4	
Farbstoff	3 Farbst	3	
Emulgatoren	2 Emulg.	2	
Antioxidationsmittel	1 Antiox	1	
Deklarationsfrei	0 Dfrei		
Geflügel	G Geflügel		
Schweinefleisch	S Schwein	S	
Rindfleisch	R Rind	R	
Vegan	vegan		
Vegetarisch	vegi		
Andere tierische Produkte	Tierisches		
FleischWurst	FleischWur		
Sesam / Sesamerzeugnisse	Sesam	L	X
Soja / Sojaerzeugnisse	Soja	M	X
Weichtiere / Weichtiererzeugnisse	Mollusca	N	X