

Mittwoch, 01.10.25	Graupensuppe (a ^{3,i}) mit Speck (Schwein) und Mettenden (Schwein,2,7,i), dazu Baguette (a ¹)	5,00 €	Donnerstag, 16.10.25	Steckrübensuppe (i) mit Mettenden (2,7,i), Kassler (2,7,8) und Baguette (a ¹)	5,00 € 7,50 €
Donnerstag, 02.10.25	Gulasch (Rind/Schwein,a ^{1,i,j}) mit Kartoffeln und Rotkohl	9,50 €	Freitag, 17.10.25	Fisch-Borderlase (a ^{1,g,i}) mit Rahmsoße (a ^{1,g,i}), Salzkartoffeln und ZucchiniGemüse	5,00 €
Freitag, 03.10.25	Tag der deutschen Einheit		Montag, 20.10.25	Fischfrikadelle (a ^{1,c,d}) mit Frischkäsesauce (a ^{1,g,i,j}), Reis und Broccoli	5,00 €
Montag, 06.10.25	Ei (c) in Petersiliensauce (a ^{1,g,i}) mit Kartoffeln und Erbsen	5,00 €	Dienstag, 21.10.25	Pizza Funghi (a ^{1,g})	5,00 €
Dienstag, 07.10.25	Schlemmerfilet (a ^{1,g,d}) mit Reis, Möhren und Rahmsauce (a ^{1,g,i})	5,00 €	Mittwoch, 22.10.25	Tomatencremesuppe (g,i) und Vollkornbaguette	5,00 €
Mittwoch, 08.10.25	Kartoffelgnocchi (a ^{1,c}) mit Broccoli, dazu Frischkäse-Sauce (a ^{1,g,i})	5,00 €	Donnerstag, 23.10.25	Pfannengyros (Geflügel) mit Tomatenreis, Krautsalat und Tsatsiki (g)	5,00 €
Donnerstag, 09.10.25	Schmorkohl (Rind,a ^{1,c,i}) mit Kartoffeln und brauner Sauce (a ^{1,g,i,j})	5,00 €	Freitag, 24.10.25	Nudeln (a ¹) mit Kräuter-Sahne-Sauce (a ^{1,g,i})	5,00 €
Freitag, 10.10.25	Käse-Lauch-Suppe (g,i,j) mit Möhren und Fladenbrot (a ^{1,k})	5,00 €	Montag, 27.10.25	Fussili (a ¹) mit pikanter Tomatencremesauce (g,i) und Mais (g)	5,00 €
Montag, 13.10.25	Spaghetti (a ^{1,c}) mit Linsenbolognese (g,i) und geriebenem Hartkäse (1,2,g)	5,00 €	Dienstag, 28.10.25	Rührei (c) mit Kartoffeln aus dem Ofen, Gemüse und Tzaiziki (g)	5,00 €
Dienstag, 14.10.25	Rührei (c,g) mit Spinat (g) und Kartoffelstampf (g)	5,00 €	Mittwoch, 29.10.25	Serbische Bohnensuppe mit Kräutern (i,j) dazu Vollkornbaguette (a ¹)	5,00 €
Mittwoch, 15.10.25	Hähnchenreispfanne mit Chingemüse und Sweet Chili Sauce (a ^{1,g,i})	5,00 €	Donnerstag, 30.10.25	Bratwurst (Schwein,i) mit Sauerkraut und Salzkartoffeln dazu Bratensauce (a ^{1,g,i,j})	5,00 €

Vegetarische Alternative
bitte vorbestellen!

Zu den Speisen gibt es ein
Dessert und die Auswahl
an der Salattheke!

Nachschlag: 0,50 €

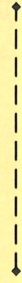
Tägliche Änderungen sind
auf Grund von Urlaubs- und
Krankzeiten möglich.

Änderungen vorbehalten

Deklarationspflichtige Allergene

- a** **Glutenhaltiges Getreide und Stärke**
(Weizen - a¹, Roggen - a², Gerste - a³, Hafer - a⁴, Dinkel - a⁵, Kamut - a⁶ oder Hybrid-Stämme davon) sowie daraus hergestellte Erzeugnisse
- b** **Krebstiere und Krebstiererzeugnisse**
- c** **Eier und Eiererzeugnisse**
- d** **Fisch und Fischerzeugnisse**
- e** **Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse**
- f** **Soja und Sojaerzeugnisse**
- g** **Milch und Milcherzeugnisse (einschließlich Laktose)**
- h** **Schalenfrüchte**
(Mandel - h¹, Haselnuss - h², Walnuss - h³, Cashewnuss - h⁴, Pecannuss - h⁵, Paranuss - h⁶, Pistazie - h⁷, Macadamianuss - h⁸, Erdnuss - h⁹) sowie daraus hergestellte Erzeugnisse
- i** **Sellerie und Sellerieerzeugnisse**
- j** **Senf und Senferzeugnisse**
- k** **Sesam Samen und Sesam Samenerzeugnisse**
- l** **Schwefeldioxid und Sulfite von mehr als 10 mg/kg**
- m** **Lupine und Lupinerzeugnisse**
- n** **Weichtiere (Mollusken) und Weichtiererzeugnisse**
z. B. Schnecken, Muscheln
- Deklarationspflichtige Zusatzstoffe**
- 1** **mit Farbstoff:** z. B. Beta-Carotin in Käse
- 2** **mit Konservierungsstoff:** meist Sorbinsäure oder Benzoesäure, z. B. in Fleischsalat
- 3** **mit Geschmacksverstärker:** meist Glutamat, z. B. in Gewürzmischungen
- 4** **mit Süßungsmittel:** Süßstoffe wie Saccharin, Cyclamat, Aspartam und Acesulfam
- 4 b** **mit Zuckerart und Süßungsmittel:** wenn zusätzlich zu Süßungsmitteln noch Zucker in Form von Rohrzucker, Glukose, Fruktose etc. im Lebensmittel verwendet wurde
- 5** **kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken:** bei über 10 % Zuckeralkoholen wie z. B. Sorbit, Mannit
- 6** **enthält Phenylalaninquelle:** bei Zusatz von Aspartam in Lebensmitteln und Tafelsüßen, z. B. in „Cola light“
- 7** **mit Antioxidationsmittel:** Üblich in Fertigsalaten.
- 8** **mit Phosphat:** Stabilisatoren, z. B. in Brühwurst
- 9** **mit Milcheiweiß**
- 10** **koffeinhaltig:** üblich bei alkoholfreien Erfrischungsgetränken wie z. B. „Cola-Limonade“.
- 11** **chininhaltig:** üblich bei alkoholfreien Erfrischungsgetränken, wie z. B. Tonic Water.
- 12** **geschwärtzt:** Eisengluconat bzw. -lactat zum Schwarzfärben von Oliven
- 13** **geschwefelt:** evtl. in Meerrettich, Kartoffelhalb-, Kartoffelerzeugnissen, rohem Kartoffelkloßteig, Trockenfrüchten, Säften
- 14** **mit Nitritpökelsalz:** Konservierungsstoff
- 15** **mit Nitrat:** Konservierungsstoff
- 16** **gewachst:** üblich bei Zitrusfrüchten, Melonen, Äpfeln und Birnen.
- 17** **Taurin:** Bitterstoff in Getränken, wie z. B. Bitter Lemon
- 18** **mit Gelatine:** z. B. in Götterspeisenpulver
- 19** **unter Schutzatmosphäre verpackt**

Tägliche Änderungen sind aufgrund von
Urlaubs- und Krankheitszeiten möglich.



Speisenwunschezettel für
nächsten Monat:

Mittagstisch
Oktober
2025

Mittagstisch: 12:00 – 13:30



Familienzentrum **MOBILE**
Hinter den Ellern 1A
28309 Bremen
Telefon 0421 98972 - 668

