

Donnerstag, 01.01.26	
Geschlossen	5,00 €
Freitag, 02.01.26	
Geschlossen	5,00 €
Montag, 05.01.26	
Geschlossen	5,00 €
Dienstag, 06.01.26	
Pizza Salami (a¹,g,Geflügel)	5,00 €
Mittwoch, 07.01.26	
Nudeln (a¹) mit Linsenbolognese (g) und Broccoli	5,00 €
Donnerstag, 08.01.26	
Köttbullar (Rind) mit Reis, Erbsen und Tomatensoße (g)	6,50 €
Freitag, 09.01.26	
Serbische Bohnensuppe mit Wursteinlage (schwein,2,7,j), dazu Vollkornbaguette (a¹)	5,00 €
Montag, 12.01.26	
Gefüllte Pfannkuchen mit Champignons, Lauchzwiebeln und Frischkäse (a¹,c,g,i)	5,00 €
Dienstag, 13.01.26	
Kartoffelgratin (g,i,j) mit Käse (g) überbacken, dazu Broccoli	5,00 €
Mittwoch, 14.01.26	
Fisch (d) in Senfsoße (a¹,g,i,j) mit Salzkartoffeln und Rote Bete Salat aus der Salatbar	5,00 €
Donnerstag, 15.01.26	
Bratwurst (Geflügel,7,8,j) mit Senf (j), Kartoffelstampf (g,i) und Erbsen-Möhrenrahmgemüse (g)	6,50 €

Freitag, 16.01.26	
Käse-Lauch-Suppe mit Hackfleisch (Rind,g,i), dazu Fladenbrot (a¹,k)	5,00 €
Montag, 19.01.26	
Maccaroniauflauf (a¹,g,i,j) mit Schinkenstreifen (Schwein) und Käsekruste (g)	5,00 €
Dienstag, 20.01.26	
Milchreis (g) mit Apfelkompott (7) oder Zucker und Zimt	5,00 €
Mittwoch, 21.01.26	
Fischfilet auf Gemüsebett mit Kräutersoße (a¹,g,i) und Salzkartoffeln	5,00 €
Donnerstag, 22.01.26	
Schnitzel "Jäger Art" mit Champignonsoße (g,i) und Salzkartoffeln	6,50 €
Freitag, 23.01.26	
Hühnersuppe (i) mit Flädle (a¹,g) und Baguette (a¹)	5,00 €
Montag, 26.01.26	
Nudel-Spinat-Auflauf (a¹,g,i,j) mit Fetakäse (g)	5,00 €
Dienstag, 27.01.26	
Zwei gekochte Eier (c) in Senfsoße (a¹,g,i,j), dazu Salzkartoffeln und Erbsen	5,00 €
Mittwoch, 28.01.26	
Hausgemachter Backfisch (a¹,c) mit Kartoffelstampf (g,i) und Sommergemüse in Rahm (a¹,g,i)	5,00 €
Donnerstag, 29.01.26	
Grünkohl (a¹,i,j) mit Kasslerklein (Schwein,2,7,8), Mettenden (Schwein,2,7), Pinkel (Schwein,a⁴,14) und Senf (j), dazu Kartoffeln	8,50 €

Freitag, 30.01.26	
Tomatencrèmesuppe (g,i) mit Croutons (a¹) und Vollkornbaguette (a¹)	5,00 €
Samstag, 31.01.26	
Geschlossen	
Freitag, 02.02.26	
Geschlossen	
Samstag, 03.02.26	
Geschlossen	
Sonntag, 04.02.26	
Geschlossen	
Montag, 05.02.26	
Geschlossen	
Dienstag, 06.02.26	
Geschlossen	
Mittwoch, 07.02.26	
Geschlossen	
Donnerstag, 08.02.26	
Geschlossen	
Freitag, 09.02.26	
Geschlossen	
Samstag, 10.02.26	
Geschlossen	
Sonntag, 11.02.26	
Geschlossen	
Montag, 12.02.26	
Geschlossen	
Dienstag, 13.02.26	
Geschlossen	
Mittwoch, 14.02.26	
Geschlossen	
Donnerstag, 15.02.26	
Geschlossen	
Freitag, 16.02.26	
Geschlossen	
Samstag, 17.02.26	
Geschlossen	
Sonntag, 18.02.26	
Geschlossen	
Montag, 19.02.26	
Geschlossen	
Dienstag, 20.02.26	
Geschlossen	
Mittwoch, 21.02.26	
Geschlossen	
Donnerstag, 22.02.26	
Geschlossen	
Freitag, 23.02.26	
Geschlossen	
Samstag, 24.02.26	
Geschlossen	
Sonntag, 25.02.26	
Geschlossen	
Montag, 26.02.26	
Geschlossen	
Dienstag, 27.02.26	
Geschlossen	
Mittwoch, 28.02.26	
Geschlossen	
Donnerstag, 29.02.26	
Geschlossen	
Freitag, 30.02.26	
Geschlossen	
Samstag, 01.03.26	
Geschlossen	
Sonntag, 02.03.26	
Geschlossen	
Montag, 03.03.26	
Geschlossen	
Dienstag, 04.03.26	
Geschlossen	
Mittwoch, 05.03.26	
Geschlossen	
Donnerstag, 06.03.26	
Geschlossen	
Freitag, 07.03.26	
Geschlossen	
Samstag, 08.03.26	
Geschlossen	
Sonntag, 09.03.26	
Geschlossen	
Montag, 10.03.26	
Geschlossen	
Dienstag, 11.03.26	
Geschlossen	
Mittwoch, 12.03.26	
Geschlossen	
Donnerstag, 13.03.26	
Geschlossen	
Freitag, 14.03.26	
Geschlossen	
Samstag, 15.03.26	
Geschlossen	
Sonntag, 16.03.26	
Geschlossen	
Montag, 17.03.26	
Geschlossen	
Dienstag, 18.03.26	
Geschlossen	
Mittwoch, 19.03.26	
Geschlossen	
Donnerstag, 20.03.26	
Geschlossen	
Freitag, 21.03.26	
Geschlossen	
Samstag, 22.03.26	
Geschlossen	
Sonntag, 23.03.26	
Geschlossen	
Montag, 24.03.26	
Geschlossen	
Dienstag, 25.03.26	
Geschlossen	
Mittwoch, 26.03.26	
Geschlossen	
Donnerstag, 27.03.26	
Geschlossen	
Freitag, 28.03.26	
Geschlossen	
Samstag, 29.03.26	
Geschlossen	
Sonntag, 30.03.26	
Geschlossen	
Montag, 31.03.26	
Geschlossen	

**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

- 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, Macadamia-nuss - h⁸, Erdnuss - h⁹) sowie daraus hergestellte Erzeugnisse
- i **Sellerie und Sellerieerzeugnisse**
- j **Senf und Senferzeugnisse**
- k **Sesamsamen und Sesamsamenerzeugnisse**
- l **Schwefeldioxid und Sulfite von mehr als 10 mg/kg**
- m **Lupine und Lupinenerzeugnisse**
- n **Weichtiere (Mollusken) und Weichtiererzeugnisse**
z. B. Schnecken, Muscheln

- 1 **mit Farbstoff:** z. B. Beta-Carotin in Käse
- 2 **mit Konservierungsstoff:** meist Sorbinsäure oder Benzoessäure, z. B. in Fleischsalat
- 3 **mit Geschmacksverstärker:** meist Glutamat, z. B. in Würstchenmischungen
- 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 **geschwärzt:** 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**

◆—————◆

Speisenwunschzettel für nächsten Monat:

[illegible]

Januar 2026

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