



Online Bestellungen

über sifi.menuonline.de möglich.

Lassen Sie sich registrieren!

Haben Sie Fragen?

Sie erreichen uns gerne unter:

Tel. 07031 7657320

Fax. 07031 7657322

menueservice@sozialstation-sindelfingen.de



Aktueller Speiseplan

Essen auf Rädern – genießen nach Lust und Laune

Name

Anschrift

Menüservice

71065 Sindelfingen
Böblinger Straße 23

www.sozialstation-sindelfingen.de

Bitte den in dieser Woche verteilten Plan bis spätestens Sonntag abgeben! Kunden die über das Internet bestellen, bitte 2 Seiten senden!



Essig Firmengruppe

Gültig vom 08.12.2025 bis 14.12.2025

KW 50	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
R1	08.12.2025	09.12.2025	10.12.2025	11.12.2025	12.12.2025	13.12.2025	14.12.2025
Suppe	R Kraftbrühe Nudeleinlage (G,a,Ei)	S, R Schwarzwälder Rahmsuppe (M,02,03,11)	R Kraftbrühe Flädle (G,a,Ei,M)	R Tomatensuppe	R Kraftbrühe Reiseinlage (Sel)	GE Hühnerbrühe (03) gekochtes Hühnerfleisch	V Brokkolicremesuppe (M)
Vollkost	S Häxle (11) Sauerkraut (M,06) Zwiebelpüree (G,a,Soj,M)	S Maultaschen (G,a,Ei,Sel) Rinderbrühe Kartoffelsalat (Sen,SO2,01,03)	S Jägerschnitzel vom Schweinehals Champignonrahmsauce (M,SO2,03) Spätzle (G,a,Ei) Kaisergemüse (M,01)	S gefüllter Saumagen (G,a,Ei,11) Sauerkraut (M,06) Kartoffelpüree (Soj,M)	F Panierter Lachs (G,a,F,Sen) Kräutersauce (M,Sen,04) Erbsen (M,01) Kräuterreis (M,01)	S, R Schwäbischer Linseneintopf mit Schweinebauchwürfel (Sel,SO2,01,02,03,11)	S Gefüllter Schweinebauch 'Allgäuer Art' (M,Sel,Sen,02,03,11) Braune Sauce Rotkohl (06) Kartoffelpüree (Soj,M)
Leichte Vollkost	S, R Sächsisches Würzfleisch (M,Sen,SO2,01,03) Zweierlei Karotten (M,01) Kräuterkartoffeln	GE Geflügelfrikadelle (G,a,Ei) Geflügelkräutersauce (G,c,Ei,03) Reis (M,01) Krautsalat (03)	V Omelette (Ei,M,11) Rahmspinat (M) Kartoffeln	S, R Sauce Carbonara (M,02,03,04,11) Makkaroni (G,a) Blattsalat	S Königsberger Klopse (Ei) Kapernsauce (M) Erbsen (M,01) Kräuterreis (M,01)	V Bärlauchsauce veg (M) Makkaroni (G,a)	GE Hähnchenbrustfilet natur Geflügelsauce (G,c,Ei,03) Rosenkohl (M,01) Kartoffelpüree (Soj,M)
Vegetarisch	V Kaiserschmarrn (G,a,Ei,M,11) Apfelmus (03)	V Kartoffeltasche (Tomate Mozzarella) (M) Ratatouillegemüse (04)	V Spinatklöße (G,a,Ei,M) Reis (M,01) Zitronensauce (M,SO2,03)	V Gemüseschnitzel (G,a) Käsecreme (M,01,11) Penne (G,a) Blattsalat	V Milchreis (M) Pfirsichkompost	V Vegetarisch gefüllte Paprika (G,a,Ei,Soj,Sel,Sen) Tomatensauce (M) Kartoffelpüree (Soj,M)	V Gemüsebällchen (G,a,Soj) Reis (M,01) Karottensauce (M)
Vital	GE Geflügelbratwurst Tomaten-Currysauce Zweierlei Karotten (M,01) Kartoffelpüree (Soj,M)	S Schweinehackbraten (G,a,Ei,Sel,Sen,03) Braune Sauce Kartoffeln Krautsalat (03)	GE Hähnchenkeule (Sen) Geflügelsauce (G,c,Ei,03) Gabelspaghetti (G,a,Ei) Kaisergemüse (M,01)	R Ungarisches Rindergulasch (G,a,Soj,Sel) Kartoffelpüree (Soj,M) Blattsalat	V Eier (Ei) Senfsauce (M,Sen) Kartoffelpüree (Soj,M)	S Bratwurst (Sel,Sen,11) Senfsauce (Sen) Bohnen in Creme (M) Kartoffeln	V Rigatoni (G,a) Curry-Apfel-Sauce (G,a,Soj,M,Sel,Sen,03)
Dessert	V Pfirsichkompost	V Erdbeerjoghurt (M)	V Frisches Obst	V Vanillepudding (M)	V Frischer Obstsalat (SO2,03,05)	V Quark mit Früchten (M,03)	V Heidelbeerjoghurt (M)
Abendessen	S Bierschinken (Sel,Sen,01,02,03,11) Kräuterstreichkäse (M) Ochsenmaulsalat (G,c,Sel,02,03) Brot (G,a,b) Joghurtbutter (M)	S, R Fleischkäse geschnitten (Sel,Sen,01,02,03,11) Butterkäse (M) Essiggurke (02,06) Brot (G,a,b) Joghurtbutter (M)	S Mortadella (Sel,Sen,01,02,03,11) Champignonstreichkäse (M,11) eingelegter Kürbis (06) Brot (G,a,b) Joghurtbutter (M)	S Schweizer Wurstsalat (M,Sel,Sen,SO2,01,02,03,06) Frischkäse natur (M) Essiggurke (02,06) Brot (G,a,b) Joghurtbutter (M)	S Salami (02,03) Camembert (M) Essiggurke (02,06) Salzbretzeln (G,a,c) Brot (G,a,b) Joghurtbutter (M)	S Lyoner (Sel,Sen,01,02,03,11) Edamer (M) eingelegter Paprika Brot (G,a,b) Joghurtbutter (M)	S Wurstaufschmitt (Sel,Sen,SO2,01,02,03,11) Maasdamer (M) Spargelsalat (SO2,01,03,04) Brot (G,a,b) Joghurtbutter (M)

KW 50	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
R1	08.12.2025	09.12.2025	10.12.2025	11.12.2025	12.12.2025	13.12.2025	14.12.2025
Suppe	Brennwert 70 kcal / 292 kJ Fett 0,7 g davon gesättigte Fettsäuren 0,27 g Kohlenhydrate 13,3 g davon Zucker 1,0 g Eiweiß 2,3 g Salz 0,86 g	Brennwert 65 kcal / 271 kJ Fett 4,8 g davon gesättigte Fettsäuren 2,56 g Kohlenhydrate 3,8 g davon Zucker 0,6 g Eiweiß 1,3 g Salz 1,06 g	Brennwert 41 kcal / 173 kJ Fett 1,9 g davon gesättigte Fettsäuren 0,40 g Kohlenhydrate 4,8 g davon Zucker 0,7 g Eiweiß 1,2 g Salz 1,00 g	Brennwert 37 kcal / 154 kJ Fett 0,4 g davon gesättigte Fettsäuren 0,07 g Kohlenhydrate 6,9 g davon Zucker 3,7 g Eiweiß 1,0 g Salz 0,91 g	Brennwert 24 kcal / 99 kJ Fett 0,4 g davon gesättigte Fettsäuren 0,17 g Kohlenhydrate 4,4 g davon Zucker 0,8 g Eiweiß 0,4 g Salz 0,86 g	Brennwert 37 kcal / 153 kJ Fett 1,7 g davon gesättigte Fettsäuren 0,39 g Kohlenhydrate 1,7 g davon Zucker 0,4 g Eiweiß 3,7 g Salz 1,10 g	Brennwert 47 kcal / 195 kJ Fett 2,9 g davon gesättigte Fettsäuren 1,65 g Kohlenhydrate 3,7 g davon Zucker 0,5 g Eiweiß 1,0 g Salz 0,88 g
Vollkost	Brennwert 64 kcal / 266 kJ Fett 3,0 g davon gesättigte Fettsäuren 1,25 g Kohlenhydrate 2,4 g davon Zucker 0,9 g Eiweiß 6,3 g Salz 1,09 g	Brennwert 98 kcal / 408 kJ Fett 3,7 g davon gesättigte Fettsäuren 1,15 g Kohlenhydrate 12,2 g davon Zucker 1,2 g Eiweiß 3,6 g Salz 1,18 g	Brennwert 99 kcal / 413 kJ Fett 3,2 g davon gesättigte Fettsäuren 0,77 g Kohlenhydrate 10,2 g davon Zucker 1,8 g Eiweiß 6,7 g Salz 0,75 g	Brennwert 53 kcal / 223 kJ Fett 2,8 g davon gesättigte Fettsäuren 1,39 g Kohlenhydrate 3,2 g davon Zucker 1,0 g Eiweiß 3,4 g Salz 0,99 g	Brennwert 142 kcal / 592 kJ Fett 6,6 g davon gesättigte Fettsäuren 1,73 g Kohlenhydrate 14,1 g davon Zucker 0,7 g Eiweiß 5,4 g Salz 0,70 g	Brennwert 84 kcal / 353 kJ Fett 2,9 g davon gesättigte Fettsäuren 1,19 g Kohlenhydrate 9,0 g davon Zucker 0,8 g Eiweiß 4,4 g Salz 0,84 g	Brennwert 70 kcal / 291 kJ Fett 4,7 g davon gesättigte Fettsäuren 2,16 g Kohlenhydrate 3,2 g davon Zucker 1,7 g Eiweiß 2,9 g Salz 1,16 g
Leichte Vollkost	Brennwert 85 kcal / 358 kJ Fett 3,4 g davon gesättigte Fettsäuren 0,90 g Kohlenhydrate 7,9 g davon Zucker 2,7 g Eiweiß 4,8 g Salz 0,44 g	Brennwert 134 kcal / 561 kJ Fett 7,3 g davon gesättigte Fettsäuren 1,23 g Kohlenhydrate 12,9 g davon Zucker 1,7 g Eiweiß 3,8 g Salz 1,05 g	Brennwert 82 kcal / 343 kJ Fett 3,3 g davon gesättigte Fettsäuren 1,50 g Kohlenhydrate 8,5 g davon Zucker 0,9 g Eiweiß 3,9 g Salz 0,61 g	Brennwert 74 kcal / 308 kJ Fett 2,0 g davon gesättigte Fettsäuren 0,90 g Kohlenhydrate 10,8 g davon Zucker 0,2 g Eiweiß 2,8 g Salz 0,54 g	Brennwert 145 kcal / 607 kJ Fett 5,6 g davon gesättigte Fettsäuren 2,53 g Kohlenhydrate 12,6 g davon Zucker 0,8 g Eiweiß 5,2 g Salz 0,79 g	Brennwert 123 kcal / 515 kJ Fett 2,7 g davon gesättigte Fettsäuren 1,39 g Kohlenhydrate 20,1 g davon Zucker 0,2 g Eiweiß 3,8 g Salz 0,93 g	Brennwert 63 kcal / 263 kJ Fett 2,8 g davon gesättigte Fettsäuren 0,75 g Kohlenhydrate 3,1 g davon Zucker 1,3 g Eiweiß 5,7 g Salz 0,78 g
Vegetarisch	Brennwert 180 kcal / 752 kJ Fett 3,1 g davon gesättigte Fettsäuren 0,70 g Kohlenhydrate 33,3 g davon Zucker 18,1 g Eiweiß 4,5 g Salz 0,29 g	Brennwert 93 kcal / 389 kJ Fett 3,7 g davon gesättigte Fettsäuren 1,71 g Kohlenhydrate 11,6 g davon Zucker 2,9 g Eiweiß 2,3 g Salz 0,71 g	Brennwert 141 kcal / 590 kJ Fett 4,8 g davon gesättigte Fettsäuren 1,85 g Kohlenhydrate 20,0 g davon Zucker 0,6 g Eiweiß 4,1 g Salz 0,79 g	Brennwert 69 kcal / 288 kJ Fett 1,8 g davon gesättigte Fettsäuren 0,34 g Kohlenhydrate 10,4 g davon Zucker 0,8 g Eiweiß 2,3 g Salz 0,44 g	Brennwert 90 kcal / 377 kJ Fett 1,6 g davon gesättigte Fettsäuren 1,05 g Kohlenhydrate 16,0 g davon Zucker 9,4 g Eiweiß 2,3 g Salz 0,13 g	Brennwert 59 kcal / 245 kJ Fett 2,2 g davon gesättigte Fettsäuren 0,73 g Kohlenhydrate 6,0 g davon Zucker 2,8 g Eiweiß 2,8 g Salz 0,74 g	Brennwert 133 kcal / 558 kJ Fett 4,7 g davon gesättigte Fettsäuren 1,18 g Kohlenhydrate 17,3 g davon Zucker 0,8 g Eiweiß 4,6 g Salz 0,80 g
Vital	Brennwert 79 kcal / 332 kJ Fett 5,0 g davon gesättigte Fettsäuren 1,63 g Kohlenhydrate 4,5 g davon Zucker 3,0 g Eiweiß 3,4 g Salz 0,82 g	Brennwert 112 kcal / 468 kJ Fett 6,8 g davon gesättigte Fettsäuren 1,65 g Kohlenhydrate 8,2 g davon Zucker 1,9 g Eiweiß 3,8 g Salz 1,13 g	Brennwert 116 kcal / 487 kJ Fett 5,3 g davon gesättigte Fettsäuren 0,40 g Kohlenhydrate 9,2 g davon Zucker 1,4 g Eiweiß 7,5 g Salz 2,69 g	Brennwert 43 kcal / 180 kJ Fett 2,3 g davon gesättigte Fettsäuren 0,85 g Kohlenhydrate 2,0 g davon Zucker 0,8 g Eiweiß 3,4 g Salz 0,31 g	Brennwert 62 kcal / 259 kJ Fett 4,2 g davon gesättigte Fettsäuren 2,01 g Kohlenhydrate 2,5 g davon Zucker 0,4 g Eiweiß 3,1 g Salz 0,60 g	Brennwert 84 kcal / 350 kJ Fett 4,4 g davon gesättigte Fettsäuren 1,97 g Kohlenhydrate 7,1 g davon Zucker 0,7 g Eiweiß 3,5 g Salz 0,95 g	Brennwert 136 kcal / 568 kJ Fett 2,8 g davon gesättigte Fettsäuren 1,40 g Kohlenhydrate 22,6 g davon Zucker 1,1 g Eiweiß 4,2 g Salz 0,80 g
Dessert	Brennwert 38 kcal / 159 kJ Fett 0,1 g davon gesättigte Fettsäuren 0,10 g Kohlenhydrate 8,0 g davon Zucker 8,0 g Eiweiß 0,4 g Salz 0,00 g	Brennwert 102 kcal / 427 kJ Fett 3,0 g davon gesättigte Fettsäuren 2,00 g Kohlenhydrate 15,0 g davon Zucker 14,5 g Eiweiß 3,8 g Salz 0,13 g	Brennwert 61 kcal / 255 kJ Fett 0,0 g davon gesättigte Fettsäuren 0,02 g Kohlenhydrate 14,4 g davon Zucker 13,2 g Eiweiß 0,3 g Salz 0,00 g	Brennwert 78 kcal / 326 kJ Fett 1,5 g davon gesättigte Fettsäuren 1,00 g Kohlenhydrate 13,0 g davon Zucker 10,0 g Eiweiß 3,2 g Salz 0,18 g	Brennwert 72 kcal / 301 kJ Fett 0,0 g davon gesättigte Fettsäuren 0,00 g Kohlenhydrate 16,0 g davon Zucker 16,0 g Eiweiß 0,0 g Salz 0,00 g	Brennwert 54 kcal / 228 kJ Fett 0,1 g davon gesättigte Fettsäuren 0,10 g Kohlenhydrate 5,6 g davon Zucker 5,4 g Eiweiß 7,3 g Salz 0,08 g	Brennwert 104 kcal / 435 kJ Fett 2,8 g davon gesättigte Fettsäuren 1,90 g Kohlenhydrate 17,0 g davon Zucker 15,0 g Eiweiß 2,7 g Salz 0,10 g
Abendessen	Brennwert 195 kcal / 817 kJ Fett 8,3 g davon gesättigte Fettsäuren 4,72 g Kohlenhydrate 19,5 g davon Zucker 1,7 g Eiweiß 9,7 g Salz 1,36 g	Brennwert 280 kcal / 1170 kJ Fett 18,7 g davon gesättigte Fettsäuren 11,24 g Kohlenhydrate 11,5 g davon Zucker 0,9 g Eiweiß 15,0 g Salz 1,71 g	Brennwert 251 kcal / 1050 kJ Fett 13,7 g davon gesättigte Fettsäuren 8,03 g Kohlenhydrate 21,7 g davon Zucker 2,2 g Eiweiß 9,1 g Salz 1,50 g	Brennwert 222 kcal / 928 kJ Fett 13,2 g davon gesättigte Fettsäuren 6,80 g Kohlenhydrate 16,5 g davon Zucker 1,6 g Eiweiß 8,0 g Salz 1,54 g	Brennwert 257 kcal / 1077 kJ Fett 14,7 g davon gesättigte Fettsäuren 9,30 g Kohlenhydrate 19,8 g davon Zucker 1,9 g Eiweiß 10,6 g Salz 1,49 g	Brennwert 268 kcal / 1121 kJ Fett 15,9 g davon gesättigte Fettsäuren 8,47 g Kohlenhydrate 21,3 g davon Zucker 1,9 g Eiweiß 8,9 g Salz 1,34 g	Brennwert 223 kcal / 932 kJ Fett 12,0 g davon gesättigte Fettsäuren 6,44 g Kohlenhydrate 19,4 g davon Zucker 1,5 g Eiweiß 8,2 g Salz 1,42 g

alle Nährwerte je 100g