



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 22.12.2025 bis 28.12.2025

| KW 52 | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag | Sonntag |
|-------------------------|---|--|---|---|--|---|---|
| R3 | 22.12.2025 | 23.12.2025 | 24.12.2025 | 25.12.2025 | 26.12.2025 | 27.12.2025 | 28.12.2025 |
| Suppe | GE Hühnerbrühe (03) Eierstich (Ei,M) | V Karottencremesuppe (M,03) | R Kraftbrühe Butterklößchen (G,a,Ei,M) | R Kraftbrühe Grießklößchen (G,a,Ei) | V Brokkolicremesuppe (M) | R Frankfurter Brotsuppe (G,a,M) | R Kraftbrühe Flädle (G,a,Ei,M) |
| Vollkost | S, R Saitenwürstle (Sel,Sen,02,03,11) Linsen (SO2,01,03,05) Spätzle (G,a,Ei) | S Bauernomelette (Ei,M,02,03,11) Gurkensalat (Ei,M,Sen) | R Saure Kutteln (SO2,01,03,05) Kartoffelwedges | F Alaska Seelachsfilet gefüllt mit Spinat und Feta (G,a,Ei,F,M,01) Zitronen-Dill-Sauce (F,M,SO2,03) Pariser Dill-Karotten (M,01) Bandnudeln (G,a,Ei) | S, KA Gefüllte Kalbsbrust Waldpilzcremesauce (M) Mandelbrokkoli (M,N,a,01) Spätzle (G,a,Ei) | S, R Kartoffelsuppe mit gewürfeltem Kassler (M,Sel,02,03,11) | S Schwäbisches Rahmgulasch (G,a,Soj,M,Sel) Spätzle (G,a,Ei) |
| Leichte Vollkost | V Ofenschlupfer (G,a,Ei,M,03,06) Vanillesauce (M) | V Gefüllte Palatschinken Röllchen (G,a,f,Soj) Tomatensauce (M) Gurkensalat (Ei,M,Sen) | V Paniertes Valesschnitzel (G,a,f,Ei,M) Gemüsesauce (M,Sen) Rigatoni (G,a) | V Gebratene Nudeln mit Ei (G,a,Ei,M) Blattsalat | F Seelachsfilet im Backteig (G,a,F,M) Kräutersauce (M,Sen,04) Dillkarotten (M) Reis (M,01) | GE Geflügelkräuterklößchen (G,a,Ei) Tomaten-Basilikumsauce (M) Kaisergemüse (M,01) Penne (G,a) | GE Putenbrustbraten gefüllt mit Karotten Geflügelsauce (G,c,Ei,03) Zarte Bohnenkerne in Creme (M) Hörnle |
| Vegetarisch | V Asiatische Wokgemüse-Reispfanne (Soj,02) Süß-Sauer-Sauce (SO2,01,03,05,06) | V Kartoffeltasche (Frischkäse) (M) Kräutersauce (M,Sen,04) Reis (M,01) Gurkensalat (Ei,M,Sen) | V Gemüsebagel (G,a,d,Soj) Curry-Ingwersauce (M) Kohlrabi-Apfelgemüse (M,01,03) Rigatoni (G,a) | V Frühlingsrolle (G,a,Ei,Soj) Zitronensauce (M,SO2,03) Reis (M,01) Blattsalat | V Gemüse-Frikadelle (G,a,Ei) Tomatensauce (M) Reis (M,01) | V Grießschnitte (G,a,Ei,M) Apfelmus (03) Reis (M,01) Zimt - Zucker | V Gefülltes Champignon Omelette (G,a,Ei,M) Champignon Rahmsauce (M,SO2,03) Kartoffeln |
| Vital | S Paprika-Fleischkäse (Sel,Sen,01,02,03,11) Braune Sauce Blumenkohl in feiner Creme (M) Kartoffelpüree (Soj,M) | S Fleischspieß (G,a,02) Zwiebelsauce Kartoffeln Gurkensalat (Ei,M,Sen) | S Fleischbällchen (Ei) Champignonsauce (SO2,03) Bohnen (M,01) Würfel-Kartoffeln | S Schweinefilet im Wirsingmantel (Sel,Sen) Preiselbeerrahmsauce (M) Pariser Dill-Karotten (M,01) Risolee Kartoffeln | WI Junghirschragout Försterin Art Apfel-Zimt-Rotkohl (03,06) Serviettenknödel (G,a,Ei) | S Nürnbergerle (Sel,Sen,03,11) Sauerkraut (M,06) Zwiebelpüree (G,a,Soj,M) | V Vegetarische Cannelloni (G,a,Ei,M) Käsesauce (M) |
| Dessert | V Birnenkompott | V Buttermilchdessert Birne-Vanille (M) | V Frisches Obst | V Bratapfeljoghurt (M) | V Zimtquark mit Spekulatius und Apfelwürfel (M,01,03) | V Grießpudding (G,a,M) | V Kirschjoghurt (M) |
| Abendessen | GE Putenbrust in Scheiben (02,03,11) Emmentaler (M) Eingelegte Paprika Brot (G,a,b) Joghurtbutter (M) | S Schinkenwurst (Sel,Sen,01,02,03) Käsesalat mit Paprikastreifen (M,SO2,01,03,05) Brot (G,a,b) Joghurtbutter (M) | S, R Saiten (Sel,Sen,02,03,11) Senf (Sen) Kartoffelsalat (Sen,SO2,01,03,05) | S Festtags-Aufchnitt fein garniert (Ei,Sel,Sen,01,02,03) Brot (G,a,b) Joghurtbutter (M) | V Weihnachts-Käseteller festlich garniert (M,01) Brot (G,a,b) Joghurtbutter (M) | S Fleischwurst im Ring (Sel,Sen,01,02,03,11) Gouda (M) Mixed Pickles (SO2,03,06) Brot (G,a,b) Joghurtbutter (M) | S Wurstaufschnitt (Sel,Sen,SO2,01,02,03,11) Edamer (M) Krautsalat (03) Brot (G,a,b) Joghurtbutter (M) |

| KW 52 | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag | Sonntag |
|-------------------------|---|---|--|---|--|--|---|
| R3 | 22.12.2025 | 23.12.2025 | 24.12.2025 | 25.12.2025 | 26.12.2025 | 27.12.2025 | 28.12.2025 |
| Suppe | Brennwert 31 kcal / 131 kJ Fett 1,6 g davon gesättigte Fettsäuren 0,57 g Kohlenhydrate 2,4 g davon Zucker 0,6 g Eiweiß 1,8 g Salz 1,06 g | Brennwert 48 kcal / 201 kJ Fett 2,9 g davon gesättigte Fettsäuren 1,62 g Kohlenhydrate 4,4 g davon Zucker 1,2 g Eiweiß 0,6 g Salz 1,03 g | Brennwert 58 kcal / 242 kJ Fett 4,1 g davon gesättigte Fettsäuren 2,65 g Kohlenhydrate 4,1 g davon Zucker 0,7 g Eiweiß 1,1 g Salz 1,09 g | Brennwert 65 kcal / 273 kJ Fett 2,7 g davon gesättigte Fettsäuren 1,36 g Kohlenhydrate 8,1 g davon Zucker 0,5 g Eiweiß 1,9 g Salz 1,05 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 | Brennwert 52 kcal / 217 kJ Fett 3,5 g davon gesättigte Fettsäuren 1,95 g Kohlenhydrate 4,2 g davon Zucker 0,3 g Eiweiß 0,6 g Salz 1,02 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 |
| Vollkost | Brennwert 135 kcal / 567 kJ Fett 5,6 g davon gesättigte Fettsäuren 2,13 g Kohlenhydrate 14,2 g davon Zucker 0,7 g Eiweiß 6,3 g Salz 0,83 g | Brennwert 139 kcal / 582 kJ Fett 8,9 g davon gesättigte Fettsäuren 2,66 g Kohlenhydrate 8,0 g davon Zucker 2,2 g Eiweiß 6,0 g Salz 1,30 g | Brennwert 100 kcal / 420 kJ Fett 2,7 g davon gesättigte Fettsäuren 0,62 g Kohlenhydrate 11,9 g davon Zucker 0,5 g Eiweiß 6,7 g Salz 0,51 g | Brennwert 132 kcal / 552 kJ Fett 5,9 g davon gesättigte Fettsäuren 1,46 g Kohlenhydrate 14,1 g davon Zucker 2,2 g Eiweiß 4,6 g Salz 0,63 g | Brennwert 87 kcal / 364 kJ Fett 3,3 g davon gesättigte Fettsäuren 0,57 g Kohlenhydrate 9,8 g davon Zucker 1,2 g Eiweiß 4,0 g Salz 0,39 g | Brennwert 52 kcal / 218 kJ Fett 2,0 g davon gesättigte Fettsäuren 1,11 g Kohlenhydrate 4,8 g davon Zucker 0,9 g Eiweiß 3,4 g Salz 1,25 g | Brennwert 140 kcal / 584 kJ Fett 5,2 g davon gesättigte Fettsäuren 1,50 g Kohlenhydrate 14,7 g davon Zucker 1,2 g Eiweiß 7,9 g Salz 0,71 g |
| Leichte Vollkost | Brennwert 97 kcal / 407 kJ Fett 2,9 g davon gesättigte Fettsäuren 1,31 g Kohlenhydrate 12,7 g davon Zucker 7,0 g Eiweiß 4,8 g Salz 0,27 g | Brennwert 114 kcal / 477 kJ Fett 5,6 g davon gesättigte Fettsäuren 1,02 g Kohlenhydrate 12,1 g davon Zucker 3,6 g Eiweiß 3,1 g Salz 1,18 g | Brennwert 137 kcal / 573 kJ Fett 3,1 g davon gesättigte Fettsäuren 0,92 g Kohlenhydrate 20,4 g davon Zucker 0,4 g Eiweiß 5,8 g Salz 0,78 g | Brennwert 79 kcal / 331 kJ Fett 1,9 g davon gesättigte Fettsäuren 0,58 g Kohlenhydrate 10,8 g davon Zucker 0,5 g Eiweiß 4,4 g Salz 0,33 g | Brennwert 121 kcal / 506 kJ Fett 5,6 g davon gesättigte Fettsäuren 1,15 g Kohlenhydrate 13,3 g davon Zucker 2,6 g Eiweiß 3,5 g Salz 0,79 g | Brennwert 124 kcal / 521 kJ Fett 4,7 g davon gesättigte Fettsäuren 1,28 g Kohlenhydrate 14,7 g davon Zucker 2,3 g Eiweiß 4,8 g Salz 0,76 g | Brennwert 111 kcal / 464 kJ Fett 2,2 g davon gesättigte Fettsäuren 0,87 g Kohlenhydrate 15,1 g davon Zucker 0,6 g Eiweiß 6,4 g Salz 0,85 g |
| Vegetarisch | Brennwert 95 kcal / 399 kJ Fett 2,5 g davon gesättigte Fettsäuren 0,33 g Kohlenhydrate 13,3 g davon Zucker 4,2 g Eiweiß 3,8 g Salz 0,68 g | Brennwert 140 kcal / 587 kJ Fett 7,5 g davon gesättigte Fettsäuren 2,57 g Kohlenhydrate 15,7 g davon Zucker 1,2 g Eiweiß 2,0 g Salz 1,11 g | Brennwert 129 kcal / 540 kJ Fett 4,4 g davon gesättigte Fettsäuren 0,98 g Kohlenhydrate 18,3 g davon Zucker 2,8 g Eiweiß 3,1 g Salz 0,70 g | Brennwert 64 kcal / 269 kJ Fett 2,5 g davon gesättigte Fettsäuren 0,50 g Kohlenhydrate 8,4 g davon Zucker 0,5 g Eiweiß 1,8 g Salz 0,39 g | Brennwert 125 kcal / 525 kJ Fett 4,3 g davon gesättigte Fettsäuren 0,82 g Kohlenhydrate 18,5 g davon Zucker 2,6 g Eiweiß 2,9 g Salz 0,71 g | Brennwert 151 kcal / 631 kJ Fett 4,9 g davon gesättigte Fettsäuren 2,73 g Kohlenhydrate 22,6 g davon Zucker 9,3 g Eiweiß 3,2 g Salz 0,51 g | Brennwert 74 kcal / 310 kJ Fett 2,7 g davon gesättigte Fettsäuren 0,62 g Kohlenhydrate 8,1 g davon Zucker 0,6 g Eiweiß 3,8 g Salz 0,83 g |
| Vital | Brennwert 67 kcal / 280 kJ Fett 4,4 g davon gesättigte Fettsäuren 2,22 g Kohlenhydrate 3,1 g davon Zucker 1,1 g Eiweiß 3,6 g Salz 0,92 g | Brennwert 120 kcal / 502 kJ Fett 7,7 g davon gesättigte Fettsäuren 2,46 g Kohlenhydrate 8,5 g davon Zucker 1,9 g Eiweiß 3,6 g Salz 0,98 g | Brennwert 99 kcal / 414 kJ Fett 3,5 g davon gesättigte Fettsäuren 1,87 g Kohlenhydrate 7,8 g davon Zucker 0,7 g Eiweiß 3,9 g Salz 0,76 g | Brennwert 89 kcal / 373 kJ Fett 3,7 g davon gesättigte Fettsäuren 1,08 g Kohlenhydrate 9,3 g davon Zucker 2,8 g Eiweiß 3,6 g Salz 0,68 g | Brennwert 82 kcal / 343 kJ Fett 1,6 g davon gesättigte Fettsäuren 0,33 g Kohlenhydrate 10,9 g davon Zucker 3,0 g Eiweiß 5,6 g Salz 0,96 g | Brennwert 75 kcal / 312 kJ Fett 5,5 g davon gesättigte Fettsäuren 2,44 g Kohlenhydrate 2,1 g davon Zucker 1,0 g Eiweiß 3,7 g Salz 1,02 g | Brennwert 129 kcal / 540 kJ Fett 3,9 g davon gesättigte Fettsäuren 2,34 g Kohlenhydrate 17,8 g davon Zucker 1,6 g Eiweiß 5,6 g Salz 1,20 g |
| Dessert | Brennwert 70 kcal / 293 kJ Fett 0,5 g davon gesättigte Fettsäuren 0,10 g Kohlenhydrate 15,0 g davon Zucker 15,0 g Eiweiß 0,5 g Salz 0,01 g | Brennwert 120 kcal / 502 kJ Fett 3,9 g davon gesättigte Fettsäuren 2,70 g Kohlenhydrate 17,1 g davon Zucker 16,5 g Eiweiß 3,5 g Salz 0,16 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 108 kcal / 452 kJ Fett 2,6 g davon gesättigte Fettsäuren 1,80 g Kohlenhydrate 16,7 g davon Zucker 16,1 g Eiweiß 3,5 g Salz 0,15 g | Brennwert 66 kcal / 277 kJ Fett 0,2 g davon gesättigte Fettsäuren 0,10 g Kohlenhydrate 8,6 g davon Zucker 8,3 g Eiweiß 7,3 g Salz 0,10 g | Brennwert 137 kcal / 573 kJ Fett 6,0 g davon gesättigte Fettsäuren 3,90 g Kohlenhydrate 17,0 g davon Zucker 13,0 g Eiweiß 3,3 g Salz 0,10 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 |
| Abendessen | Brennwert 353 kcal / 1476 kJ Fett 27,2 g davon gesättigte Fettsäuren 17,52 g Kohlenhydrate 0,1 g davon Zucker 0,0 g Eiweiß 26,9 g Salz 1,18 g | Brennwert 258 kcal / 1079 kJ Fett 14,9 g davon gesättigte Fettsäuren 8,54 g Kohlenhydrate 19,2 g davon Zucker 2,0 g Eiweiß 10,8 g Salz 1,59 g | Brennwert 155 kcal / 650 kJ Fett 11,5 g davon gesättigte Fettsäuren 4,01 g Kohlenhydrate 7,1 g davon Zucker 0,8 g Eiweiß 5,1 g Salz 1,67 g | Brennwert 274 kcal / 1146 kJ Fett 16,8 g davon gesättigte Fettsäuren 8,13 g Kohlenhydrate 18,8 g davon Zucker 1,6 g Eiweiß 10,5 g Salz 1,73 g | Brennwert 142 kcal / 595 kJ Fett 5,8 g davon gesättigte Fettsäuren 3,48 g Kohlenhydrate 18,3 g davon Zucker 1,1 g Eiweiß 3,3 g Salz 0,58 g | Brennwert 242 kcal / 1012 kJ Fett 14,2 g davon gesättigte Fettsäuren 7,68 g Kohlenhydrate 19,4 g davon Zucker 1,6 g Eiweiß 8,3 g Salz 1,52 g | Brennwert 237 kcal / 991 kJ Fett 13,4 g davon gesättigte Fettsäuren 6,44 g Kohlenhydrate 20,1 g davon Zucker 2,2 g Eiweiß 8,0 g Salz 1,40 g |

alle Nährwerte je 100g