

Online Bestellungen

über sifi.menueonline.de möglich.

Lassen Sie sich registrieren!

Haben Sie Fragen?

Sie erreichen uns gerne unter:

Tel. 070317657320

Fax. 070317657322

menueservice@sozialstation-sindelfingen.de

Menüservice

71065 Sindelfingen

Böblinger Straße 23

www.sozialstation-sindelfingen.de



Aktueller Speiseplan

Essen auf Rädern – genießen nach Lust und Laune

Name

Anschrift

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

KW 23	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
R5	01.06.2026	02.06.2026	03.06.2026	04.06.2026	05.06.2026	06.06.2026	07.06.2026
Suppe	R Kraftbrühe Nudeleinlage (G,a,Ei)	V Spargelcremesuppe (M)	S Suppenmaultaschen (G,a,Ei,Sel) Kraftbrühe	V Blumenkohlcremesuppe (M)	V Gemüsebrühe Backerbsen (G,a,Ei,M)	V Serbische Bohnensuppe (M)	V Gemüsecremesuppe (M,Sel)
Vollkost	GE Hähnchen Medaillon Currysauce veg. (G,a,Soj,M,Sel,Sen) Zweierlei Karotten (M,01) Reis (M,01)	R Tortellini Tricolore Carne (G,a,Ei) Bechamel-Käsesauce veg. (M) Gurkensalat (G,a,Ei,M,Sel,02,03)	GE Hähnchenkeule mariniert (Sen) Braune Sauce Kohlrabi in feiner Creme (M) Kartoffeln	S Schweinehalsbraten Braune Sauce Spargelstücke mit Schmelze (G,a) Kartoffelpüree (Soj,M)	F Seelachs in Butter (G,a,F,M) Zitronen-Dill-Sauce (F,M,SO2,03) Karottenscheiben (M,01) Kräuterkartoffeln	S, R Nudel-Gemüse-Eintopf mit Wursträdle (G,a,Sel,Sen,02,03,11)	GE Hähnchenbrustfilet Piccata (G,a,M,11) Kräutersauce veg. (M,Sen,04) Penne (G,a) Erbsen in Creme (M)
Leichte Vollkost	S Geschnitztes Forstmeister Art (SO2,03) Bohnen (M,01) Fusilli (G,a)	V Apfelstrudel (G,a,Ei) Vanillesauce (M)	S Schweinehalsbraten Braune Sauce Kohlrabi in feiner Creme (M) Kartoffelpüree (Soj,M)	V Dampfnudel (G,a,Ei,M) Vanillesauce (M)	V Apfelküchle (G,a,Ei,M) Vanillesauce (M)	S Oberländer (Sel,Sen,11) Braune Sauce Blumenkohl in Schmelze (G,a,M,01) Kartoffelpüree (Soj,M)	R, WI Hirschragout (03) Rotkohl (06) Serviettenknödel (G,a,Ei)
Vegetarisch	V Gemüsebällchen (G,a,Soj) Kräutersauce veg. (M,Sen,04) Zweierlei Karotten (M,01) Reis (M,01)	V Käsespätzle (G,a,Ei,M,01) Gurkensalat (G,a,Ei,M,Sel,02,03)	V Gefüllte Zucchini (M,11) Tomatensauce veg. (M) Makkaroni (G,a)	V Rigatoni (G,a) Champignons in Zwiebelcreme (G,a,M,SO2,03) Blattsalat	V Blumenkohlmedaillon (G,a,M) Kräuterquark (M) Kartoffeln	V Spinat-Dinkelplätzchen (G,a,d,Ei,M,Sel) Gemüse in Sauce Hollandaise (Ei,M,Sen) Kräuter-Würfelkartoffeln	V Frühlingsrolle (G,a,Ei,Soj) süß-sauer Sauce veg. (M,SO2,01,03,05,06) Gemüsereis (M,01)
Vital	LA Lammfrikadelle (G,a,Ei) Rosmarinsauce Bohnen (M,01) Würfel-Kartoffeln	S Schweineroulade gefüllt mit Speck (Sel,Sen) Rahmsauce (M) Spätzle (G,a,Ei) Gurkensalat (G,a,Ei,M,Sel,02,03)	V Omelette (Ei,M,11) Rahmspinat (M) Kartoffelpüree (Soj,M)	GE Hähnchengyros Tzatziki (M) Kartoffeln	R Leberragout mit Äpfel u. Zwiebeln (03) Kartoffelpüree (Soj,M)	S, R Gefüllte Paprika Tomatensauce (04) Kartoffelpüree (Soj,M)	V Kaiserschmarrn (G,a,Ei,M,11) Apfelmus (03)
Dessert	V Mirabellen-Kompott (03)	V Erdbeerjoghurt (M,06)	V Frisches Obst	V Vanille Creme (G,a,Soj,M)	V Frischer Obstsalat (SO2,03,05)	V Fruchtjoghurt Apfel-Granatapfel (M)	V Stracciatella-Joghurt (M)
Abendessen	S Zungenwurst (Sel,Sen,02,03,11) Schmelzkäse Kräuter (M,11) Mixed Pickles (SO2,03,06) Brot (G,a,b) Joghurtbutter (M)	V Nudelsalat (G,a,Ei,Sel,Sen,SO2,01,03,05,06) Tilsiter (M) Brot (G,a,b) Joghurtbutter (M)	S Kalbsleberwurst (Sel,Sen,02,03) Butterkäse (M) Rettich Brot (G,a,b) Joghurtbutter (M)	S Salami (02,03) Käseaufschnitt (M,01,02) Mixed Pickles (SO2,03,06) Brot (G,a,b) Joghurtbutter (M)	S Lyoner (Sel,Sen,01,02,03,11) Salami-Schmelzkäse (M,02,03,11) Waldorfsalat (N,b,Sel,02) Brot (G,a,b) Joghurtbutter (M)	S Bierwurst (Sel,Sen,02,03) Kräuterfrischkäse (M) Senfgurke (Sen,03,06) Brot (G,a,b) Joghurtbutter (M)	S Wurstaufschnitt (Sel,Sen,SO2,01,02,03,11) Eiersalat (G,a,Ei,Sen,SO2,01,03,05,06) Gouda (M) Brot (G,a,b) Joghurtbutter (M)

KW 23	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
R5	01.06.2026	02.06.2026	03.06.2026	04.06.2026	05.06.2026	06.06.2026	07.06.2026
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 44 kcal / 184 kJ Fett 3,0 g davon gesättigte Fettsäuren 1,74 g Kohlenhydrate 3,0 g davon Zucker 0,3 g Eiweiß 0,7 g Salz 0,92 g	Brennwert 44 kcal / 185 kJ Fett 1,1 g davon gesättigte Fettsäuren 0,47 g Kohlenhydrate 6,7 g davon Zucker 0,9 g Eiweiß 1,6 g Salz 1,09 g	Brennwert 48 kcal / 201 kJ Fett 3,0 g davon gesättigte Fettsäuren 1,66 g Kohlenhydrate 3,8 g davon Zucker 0,5 g Eiweiß 1,0 g Salz 0,87 g	Brennwert 102 kcal / 425 kJ Fett 6,0 g davon gesättigte Fettsäuren 2,87 g Kohlenhydrate 10,0 g davon Zucker 0,5 g Eiweiß 1,6 g Salz 1,16 g	Brennwert 55 kcal / 232 kJ Fett 3,6 g davon gesättigte Fettsäuren 2,02 g Kohlenhydrate 4,6 g davon Zucker 0,3 g Eiweiß 1,0 g Salz 0,99 g	Brennwert 50 kcal / 209 kJ Fett 3,3 g davon gesättigte Fettsäuren 1,83 g Kohlenhydrate 4,1 g davon Zucker 0,4 g Eiweiß 0,7 g Salz 0,97 g
Vollkost	Brennwert 111 kcal / 465 kJ Fett 4,5 g davon gesättigte Fettsäuren 1,17 g Kohlenhydrate 11,3 g davon Zucker 2,4 g Eiweiß 5,6 g Salz 0,70 g	Brennwert 134 kcal / 559 kJ Fett 3,4 g davon gesättigte Fettsäuren 1,21 g Kohlenhydrate 20,6 g davon Zucker 2,0 g Eiweiß 4,9 g Salz 0,82 g	Brennwert 87 kcal / 363 kJ Fett 4,1 g davon gesättigte Fettsäuren 0,35 g Kohlenhydrate 5,9 g davon Zucker 1,3 g Eiweiß 6,2 g Salz 2,61 g	Brennwert 62 kcal / 261 kJ Fett 3,9 g davon gesättigte Fettsäuren 1,30 g Kohlenhydrate 3,1 g davon Zucker 1,1 g Eiweiß 3,4 g Salz 0,84 g	Brennwert 84 kcal / 352 kJ Fett 3,5 g davon gesättigte Fettsäuren 1,13 g Kohlenhydrate 8,0 g davon Zucker 2,4 g Eiweiß 4,4 g Salz 0,63 g	Brennwert 76 kcal / 317 kJ Fett 3,8 g davon gesättigte Fettsäuren 1,70 g Kohlenhydrate 6,7 g davon Zucker 1,1 g Eiweiß 3,1 g Salz 1,01 g	Brennwert 124 kcal / 518 kJ Fett 3,7 g davon gesättigte Fettsäuren 1,40 g Kohlenhydrate 14,1 g davon Zucker 0,6 g Eiweiß 7,7 g Salz 0,96 g
Leichte Vollkost	Brennwert 87 kcal / 364 kJ Fett 2,5 g davon gesättigte Fettsäuren 0,43 g Kohlenhydrate 12,9 g davon Zucker 0,7 g Eiweiß 2,9 g Salz 0,45 g	Brennwert 125 kcal / 521 kJ Fett 2,0 g davon gesättigte Fettsäuren 0,61 g Kohlenhydrate 24,0 g davon Zucker 13,5 g Eiweiß 2,7 g Salz 0,26 g	Brennwert 53 kcal / 220 kJ Fett 2,9 g davon gesättigte Fettsäuren 1,46 g Kohlenhydrate 3,2 g davon Zucker 1,4 g Eiweiß 3,0 g Salz 0,88 g	Brennwert 152 kcal / 634 kJ Fett 4,3 g davon gesättigte Fettsäuren 0,98 g Kohlenhydrate 24,0 g davon Zucker 9,9 g Eiweiß 4,2 g Salz 0,41 g	Brennwert 141 kcal / 589 kJ Fett 5,1 g davon gesättigte Fettsäuren 1,62 g Kohlenhydrate 19,8 g davon Zucker 11,5 g Eiweiß 3,2 g Salz 0,16 g	Brennwert 96 kcal / 403 kJ Fett 7,6 g davon gesättigte Fettsäuren 2,51 g Kohlenhydrate 3,1 g davon Zucker 1,2 g Eiweiß 3,3 g Salz 0,87 g	Brennwert 80 kcal / 335 kJ Fett 1,9 g davon gesättigte Fettsäuren 0,35 g Kohlenhydrate 10,7 g davon Zucker 2,9 g Eiweiß 4,4 g Salz 1,21 g
Vegetarisch	Brennwert 116 kcal / 487 kJ Fett 5,0 g davon gesättigte Fettsäuren 1,18 g Kohlenhydrate 13,3 g davon Zucker 2,5 g Eiweiß 3,6 g Salz 0,77 g	Brennwert 215 kcal / 901 kJ Fett 12,5 g davon gesättigte Fettsäuren 5,19 g Kohlenhydrate 16,9 g davon Zucker 1,7 g Eiweiß 8,2 g Salz 1,44 g	Brennwert 101 kcal / 421 kJ Fett 1,6 g davon gesättigte Fettsäuren 0,46 g Kohlenhydrate 17,5 g davon Zucker 2,3 g Eiweiß 3,3 g Salz 0,60 g	Brennwert 74 kcal / 310 kJ Fett 1,6 g davon gesättigte Fettsäuren 0,73 g Kohlenhydrate 11,7 g davon Zucker 0,2 g Eiweiß 2,8 g Salz 0,48 g	Brennwert 92 kcal / 385 kJ Fett 1,9 g davon gesättigte Fettsäuren 0,45 g Kohlenhydrate 13,2 g davon Zucker 2,0 g Eiweiß 4,8 g Salz 0,29 g	Brennwert 95 kcal / 399 kJ Fett 3,8 g davon gesättigte Fettsäuren 0,99 g Kohlenhydrate 11,4 g davon Zucker 2,5 g Eiweiß 2,8 g Salz 0,44 g	Brennwert 105 kcal / 439 kJ Fett 3,8 g davon gesättigte Fettsäuren 0,59 g Kohlenhydrate 14,4 g davon Zucker 2,7 g Eiweiß 2,6 g Salz 0,77 g
Vital	Brennwert 79 kcal / 331 kJ Fett 3,5 g davon gesättigte Fettsäuren 1,18 g Kohlenhydrate 7,9 g davon Zucker 0,9 g Eiweiß 3,8 g Salz 0,68 g	Brennwert 117 kcal / 488 kJ Fett 5,1 g davon gesättigte Fettsäuren 1,52 g Kohlenhydrate 10,2 g davon Zucker 1,7 g Eiweiß 7,4 g Salz 1,02 g	Brennwert 60 kcal / 252 kJ Fett 3,6 g davon gesättigte Fettsäuren 1,89 g Kohlenhydrate 3,3 g davon Zucker 0,8 g Eiweiß 3,1 g Salz 0,67 g	Brennwert 100 kcal / 418 kJ Fett 2,4 g davon gesättigte Fettsäuren 0,38 g Kohlenhydrate 7,6 g davon Zucker 1,3 g Eiweiß 11,4 g Salz 0,74 g	Brennwert 61 kcal / 255 kJ Fett 2,2 g davon gesättigte Fettsäuren 1,15 g Kohlenhydrate 2,4 g davon Zucker 0,8 g Eiweiß 7,4 g Salz 0,35 g	Brennwert 57 kcal / 239 kJ Fett 3,1 g davon gesättigte Fettsäuren 1,49 g Kohlenhydrate 3,8 g davon Zucker 2,1 g Eiweiß 3,4 g Salz 0,69 g	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
Dessert	Brennwert 77 kcal / 322 kJ Fett 0,1 g davon gesättigte Fettsäuren 0,10 g Kohlenhydrate 17,7 g davon Zucker 15,9 g Eiweiß 0,2 g Salz 0,10 g	Brennwert 70 kcal / 294 kJ Fett 3,4 g davon gesättigte Fettsäuren 2,21 g Kohlenhydrate 6,6 g davon Zucker 6,4 g Eiweiß 3,4 g Salz 0,14 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 99 kcal / 416 kJ Fett 2,9 g davon gesättigte Fettsäuren 2,59 g Kohlenhydrate 15,6 g davon Zucker 11,9 g Eiweiß 2,1 g Salz 0,23 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 103 kcal / 429 kJ Fett 2,8 g davon gesättigte Fettsäuren 1,90 g Kohlenhydrate 16,0 g davon Zucker 14,0 g Eiweiß 2,8 g Salz 0,11 g	Brennwert 125 kcal / 523 kJ Fett 5,0 g davon gesättigte Fettsäuren 3,30 g Kohlenhydrate 16,2 g davon Zucker 14,7 g Eiweiß 3,6 g Salz 0,10 g
Abendessen	Brennwert 225 kcal / 942 kJ Fett 11,9 g davon gesättigte Fettsäuren 6,24 g Kohlenhydrate 20,1 g davon Zucker 2,1 g Eiweiß 8,4 g Salz 1,70 g	Brennwert 263 kcal / 1099 kJ Fett 14,5 g davon gesättigte Fettsäuren 6,47 g Kohlenhydrate 23,6 g davon Zucker 1,6 g Eiweiß 8,2 g Salz 1,19 g	Brennwert 386 kcal / 1615 kJ Fett 24,4 g davon gesättigte Fettsäuren 14,03 g Kohlenhydrate 22,4 g davon Zucker 1,8 g Eiweiß 18,0 g Salz 2,15 g	Brennwert 288 kcal / 1207 kJ Fett 17,9 g davon gesättigte Fettsäuren 11,41 g Kohlenhydrate 19,3 g davon Zucker 1,4 g Eiweiß 11,6 g Salz 1,54 g	Brennwert 263 kcal / 1101 kJ Fett 16,0 g davon gesättigte Fettsäuren 7,34 g Kohlenhydrate 21,3 g davon Zucker 3,0 g Eiweiß 7,3 g Salz 1,25 g	Brennwert 210 kcal / 879 kJ Fett 10,4 g davon gesättigte Fettsäuren 6,50 g Kohlenhydrate 19,6 g davon Zucker 1,8 g Eiweiß 8,5 g Salz 1,39 g	Brennwert 241 kcal / 1010 kJ Fett 13,7 g davon gesättigte Fettsäuren 7,06 g Kohlenhydrate 19,4 g davon Zucker 1,5 g Eiweiß 9,3 g Salz 1,31 g

alle Nährwerte je 100g