

# Speiseplan Januar 2026



## 05.01.2026 Montag

1. Hirtenrolle mit Jus, Balkangemüse, Kartoffeln; Dessert
2. Gemüsegratin mit Kartoffeln, Salat; Dessert

## 06.01.2026 Dienstag

1. Kassler mit Jus, Grünkohl, Kartoffeln; Dessert
2. Pilzragout mit bunten Nudeln, Salat; Dessert

## 07.01.2026 Mittwoch

1. Bratwurst mit Jus, Jägerkohl, Kartoffeln; Dessert
2. Tortellini mit Kräuter-Käse-Soße, Salat; Dessert

## 08.01.2026 Donnerstag

1. Putengeschnetzeltes, Bohnengemüse, Kartoffeln; Dessert
2. Blaubeerpfannkuchen mit Vanillesoße, Salat; Dessert

## 09.01.2026 Freitag

1. Paniertes Rotbarschfilet, Senfsoße, Broccoli, Kartoffeln; Dessert
2. Rote Beete Bratling, Kräuterquark, Salat; Dessert

## 12.01.2026 Montag

1. Pfannenfrikadellen mit Paprikasoße, Bohnenmischgemüse, Kartoffeln; Dessert
2. Pizza mit Tomaten und Käse, Salat; Dessert

## 13.01.2026 Dienstag

1. Seelachsfilet gedünstet, Kräutersoße, Gemüsemix, Kartoffeln; Dessert
2. Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung, Kräutersoße, Erbsengemüse; Dessert

## 14.01.2026 Mittwoch

1. Gabelspaghetti mit Bolognese, Salat; Dessert
2. Haferbratlinge mit Quarkdipp und Ratatouille; Dessert

## 15.01.2026 Donnerstag

1. Sauerbraten „Rheinischer Art“, Rotkohl, Klöße; Dessert
2. Milchreis mit Sauerkirschen, Salat; Dessert

## 16.01.2026 Freitag

1. Fischfilet Bordelaise, Kräutersoße, Spinat, Salzkartoffeln; Dessert
2. Couscous-Gemüse-Taler mit Currysoße, Vitalgemüse; Dessert

## 19.01.2026 Montag

1. Minifrikadellen, Preiselbeersoße, Mischgemüse, Kartoffeln; Dessert
2. Schupfnudelpfanne mit Paprika, Zucchini, Tomaten, Salat; Dessert



# JOHANNITER

## 20.01.2026 Dienstag

1. Hokifischfilet „Müllerin“, Dill-Soße, Broccoli, Kartoffeln; Dessert
2. Vollkornnudelauflauf mit Paprika, Weißkäse, Tomatensoße, Salat; Dessert

## 21.01.2026 Mittwoch

1. Kichererbsen-Brokkoli Curry, Vollkornreis; Dessert
2. Kaiserschmarrn mit Vanillesoße, Salat; Dessert

## 22.01.2026 Donnerstag

1. Putengyros, Kräuterquark, Gemüsereis, Krautsalat; Dessert
2. Spinat-Ricotta-Lasagne, Tomatensoße, Salat; Dessert

## 23.01.2026 Freitag

1. paniertes Schollenfilet, warmer Kartoffelsalat, Salat; Dessert
2. Rosmarinkartoffeln, Quarkdipp, Salat; Dessert

## 26.01.2026 Montag

1. Geflügelfrikadelle, Jus, Blumenkohl, Kartoffeln; Dessert
2. Gemüseragout mit Nudeln, Salat; Dessert

## 27.01.2026 Dienstag

1. Geflügelleberkäse, Rauchsoße, Sauerkraut, Kartoffelpüree; Dessert
2. Kartoffel-Lauch-Gratin, Kräutersoße, Salat; Dessert

## 28.01.2026 Mittwoch

1. Schweineschnitzel, Jägersoße, Karotten, Kartoffeln; Dessert
2. Gefüllte Paprikaschote, Tomatensoße, Reis, Salat; Dessert

## 29.01.2026 Donnerstag

1. Kalbsgulasch, Rotkohl, Butternudeln; Dessert
2. Apfelpfannkuchen mit Vanillesoße, Salat; Dessert

## 30.01.2026 Freitag

1. Dorschfilet, Kräutersoße, Spinat, Kartoffeln; Dessert
2. Gemüsebolognese, Vollkornspaghetti, Salat; Dessert

**Um am Mittagessen teilnehmen zu können, ist eine Anmeldung von Montag bis Donnerstag bis 16:00 Uhr und Freitag bis 12:00 Uhr (persönlich, telefonisch oder per mail) nötig!**  
**Tel: 05731 5599-340, mgh.badoeynhausen@johanniter.de**