



































































































































































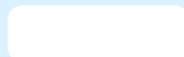



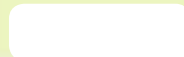
	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Sonntag 01.02.2026	 <b>Bratrippchen</b> mit Bratensauce, dazu Rotkohl und Kartoffeln   1(W) a/z/3,5BE	 <b>Rosmarin- Putenbraten *</b> in Rahmsauce, dazu Pariser Karotten und Salzkartoffeln   1(W),3,7 a/3,5BE	 <b>Sauerbraten vom Rind *</b> in Sauce mit Blumenkohl, dazu Salzkartoffeln   1(W),3,7 a/3BE	  <b>Gemüsemedaillon *</b> mit heller Rahmsauce, dazu Kartoffelstampf   1(W),3,7,9 4BE
Montag 02.02.2026	 <b>Weißer Bohneneintopf</b> mit Mettwurst- scheiben, Speck und Kartoffelwürfel   9 b/c/j/3BE	 <b>„DDR Jägerschnitzel mit Feuerwehrsauce“</b> panierte Jagdwurst, dazu Ketchupsauce mit Zwiebeln und Spiralnudeln   1(W),3,7,10 b/c/z/8BE	 <b>Rindergeschnetzeltes mit Meerrettich *</b> mit Apfelstücken, dazu Kartoffeln und Rote- Beete-Salat   1(W),3,7 h/3BE	  <b>Blumenkohl im Backteig *</b> mit Kräuter- Knoblauchsauce, dazu Kartoffeln   1(W),3,7 7,5E
Dienstag 03.02.2026	  <b>„Shakshuka“</b> mit Tomatenstücken, Feta, Paprika, Zwieb., Knobl. & Kreuzkü- mel, dazu ein Spiegelei und ein Kaiserbrötchen   1(W),3,7 3BE	 <b>„Cordon bleu“</b> mit BIO-Blumenkohl in Béchamel, dazu Kartoffeln   1(W),3,7 b/c/4BE	  <b>Steckrüben- Pastinakensuppe *</b> gebundene Suppe mit Kartoffel- und Karottenwürfel und Petersilie   1(W),3,7 3BE	  <b>Veganes Gulasch *</b> mit Soja-Schnetzel in Sauce, dazu Apfel-Rotkohl und Klöße   1(W),6 a/z/5,5BE
Mittwoch 04.02.2026	 <b>Deftige Erbsensuppe</b> mit einer Bockwurst   9 b/c/3BE	 <b>Rinderhacksteak „Texas“ vom Grill *</b> mit BBQ-Sauce, dazu Langkornreis mit Kidneybohnen   1(W),3,10 z/7BE	 <b>Geflügelfleischkäse *</b> in Sauce mit Kaisergemüse und Kartoffeln   1(W) a/b/c/j/3,5BE	  <b>Asiatische Bratnudelpfanne *</b> mit Frühlingszwiebeln, Gemüse und Sojasauce   1(W),6 6BE
Donnerstag 05.02.2026	 <b>„Rahm- Paprikaschnitzel“</b> Paniertes Schweine- schnitzel mit Paprikasauce und Kartoffelstampf   1(W) a/4BE	 <b>Große Bratwurst</b> mit Sauce, dazu Weißkohl und Kartoffeln   1(W),3,7,9 a/4BE	 <b>„Ammerländer Hühnersuppen- eintopf“ *</b> mit Gemüse und Muschelnudeln   1(W),3,7,9 2BE	  <b>3 Kartoffeltaschen „Frischkäse- Kräuter“ *</b> dazu leichte Käsesauce und Buttergemüse   1(W),3,7 4,5BE
Freitag 06.02.2026	 <b>„Münsterländer Wirsingeeintopf“</b> mit Kartoffelwürfel und Mettwurst- scheiben   7 b/c/3BE	 <b>Paprikarahm- Putengeschnetzeltes *</b> mit Zwiebeln, Crème frâiche, Knoblauch und Thymian, dazu Kartoffelröstchen   1(W),3,7 3,5BE	 <b>Frisches Fischfrikassee *</b> mit Seelachstücken, Möhren, Sellerie und Erbsen, dazu Salzkartoffeln   1(W),3,4,7,9 3BE	  <b>Kartoffel- Gemüsegratin *</b> mit buntem Gemüse in Béchamel mit Käse überbacken   3,7 2,5BE
Samstag 07.02.2026	 <b>Kasslertopf mit Rosenkohl</b> Kasslerstücke mit Zwiebeln, Schmelzkäse, Crème fine und Mus- kat, dazu Kartoffeln   1(W),3,7 b/c/3BE	 <b>Curry-Senf- Putenragout *</b> mit Honig, Knoblauch, Zwiebeln und Sahne, dazu Kartoffeln   1(W),3,7,10 3,5BE	 <b>3 Klopse „Jäger Art“</b> in Champignonsauce, dazu junge Erbsen und Salzkartoffeln   1(W),12 a/b/c/e/3,5BE	  <b>Tortelloni Tricolore Formaggio *</b> gefüllt mit Käse, Speisequark und Gewürzen, dazu Pesto- Sahnesauce   1(W),3,7 3,5BE

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Sonntag 08.02.2026	 <b>„Bremer Kohl &amp; Pinkel“</b> Grünkohl mit Pinkel, dazu Salzkartoffeln  1(H),9,10 b/c/3,5BE	 <b>„Tiroler Schweine- bauch“ (gepökelt)</b> mit Zwiebel-Kümmel- sauce, dazu Weißkohl mit Speck und Knödel  1(W),3,7 a/b/c/5,5BE	 <b>Hähnchenbrust in Salbeisauce *</b> dazu Karotten Rustica und Kartoffeln  1(W) a/4BE	  <b>Spätzle-Pilzpfanne *</b> mit Champignons und Stackschwämmchen, herzhaft gewürzt, dazu Rahmsauce  1(W),3,7,9 a/5,5BE
Montag 09.02.2026	  <b>Kartoffelpuffer *</b> mit Apfelmus  1(W),3 c/8BE	 <b>Provençalisches Rindergeschnetzeltes*</b> mit Thymian, Ros- marin, Petersilie und Tomatenstücke, dazu Reis  1(W) a/6,5BE	 <b>Hähnchenschenkel *</b> mit Sauce, dazu BIO-Blumenkohl und Kartoffeln  1(W),3,7 a/3,5BE	  <b>Gemüseravioli</b> in Tomatensauce mit Mais und Erbsen  1(W),3,7 9BE
Dienstag 10.02.2026	 <b>Bauernschnitzel (paniert)</b> mit gebratenen Zwiebeln, Speck und Champignons, dazu Kartoffeln  1(W) a/b/c/4BE	 <b>„Ditzumer Fischtopf“</b> Fischeintopf mit Speck, Zwiebeln und Möhren, dazu Salzkartoffeln  1(W),3,4,7 c/b/4BE	 <b>Putengeschnetzeltes *</b> mit Möhren- und Zucchiniwürfel in heller Sauce, dazu Spiralnudeln  1(W),3,7 8BE	  <b>Würzige Paprika-Käsesuppe *</b> mit Zwiebeln, Fetakäse, Schmelzkäse, Schnitt- lauch, Paprikastreifen dazu ein Kaiserbrötchen  1(W),3,7 4BE
Mittwoch 11.02.2026	 <b>Würzige Schweine- fleischfrikadelle</b> mit dunkler Zwiebel- sauce, dazu Rotkohl und Kartoffeln  1(W),3 a/z/4,5BE	 <b>Nasi Goreng *</b> Indonesisches Reis- gericht mit Hähnchen- bruststreifen, Gemüse, Kokos und Curry  1(W),6,10 4,5BE	  <b>Eieromelette *</b> mit BIO-Blattspinat und Kartoffelpüree  1(W),3,7 2,5BE	  <b>Patros-Pfanne *</b> mit Fetakäse, Paprika, Zucchini und Auber- ginen und frittierte Kartoffelwürfel  7 3,5BE
Donnerstag 12.02.2026	 <b>„Bergsteigers Kartoffelgratin“</b> mit Hackfleisch, Pilzen, Kartoffelscheiben und gratiniertem Käse  1(W),7,12 b/c/e/3BE	  <b>Würziges Kartoffel-Curry *</b> mit Knob. Harissa, Koriander, Kokosmilch, Tomatenmark, Crème fraiche, Curry & Zwiebel  1(W),3,7 4BE	 <b>Rindergulasch *</b> in Sauce, dazu Erbsen und Salzkartoffeln  1(W) a/3,5BE	  <b>Spaghetti Napoli *</b> mit Tomaten- Basilikumsauce  1(W) 9BE
Freitag 13.02.2026	 <b>Klassische Gulaschsuppe</b> mit Kartoffelwürfel  1(W) a/2BE	 <b>Gebratenes Buntbarschfilet *</b> an Petersiliensauce, dazu Kaisergemüse und Kartoffeln  1(W),3,4,7 3,5BE	 <b>3 Königsberger Klopse</b> in Kapernsauce, dazu Salzkartoffeln und Rote Bete-Salat  1(W),3,7 h/4BE	  <b>1 Chinaschnitte „Hong-Kong“ *</b> dazu süß-saure Sauce mit Paprikastreifen und Reis  1(W),9,10 z/9BE
Samstag 14.02.2026	 <b>Gefüllte rote Paprikaschote</b> mit Schweinefleisch- füllung, dazu fruchtiger Tomatensauce und BIO-Langkornreis  1(W),3 7,5BE	 <b>Scheibe vom Nackenbraten</b> mit Bratensauce, dazu Spitzkohl und Kartoffeln  1(W),3,7 a/3,5BE	 <b>Grüner Bohneneintopf</b> mit Kartoffelwürfel und Fleischeinlage  7 3BE	  <b>Gemüsebratling *</b> mit Rahmkartoffeln (mit Sahne und Peter- silie), dazu Broccoli  1(W),3,7,9 5BE

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Sonntag 15.02.2026	 <b>Backschinken</b> mit dunkler Zwiebelsauce, Rotkohl und Salzkartoffeln  1 (W), 10 a/b/c/z/4BE	 <b>Lammragout *</b> mit Paprika, Zwiebeln, Möhren, Tomaten, Knoblauch und Thymian, dazu Reis  1 (W) a/6BE	 <b>Schweinsbraten</b> mit Kräuter-Senfauce, dazu Kaisergemüse und Salzkartoffeln  1 (W), 3, 7 a/3BE	 <b>6 Kartoffel- röstinchen *</b> mit frischen Champignons in Kräuter-Knoblauch- sauce  1 (W), 3, 7 5BE
Montag 16.02.2026	 <b>Hack-Lauch-Pfanne</b> mit Schweinehack- fleisch, Sahne und Zwiebeljulienne, dazu Kartoffeln  1 (W), 3, 7 5BE	 <b>Leberkäse</b> mit cremiger Honig-Senfauce mit Dill, dazu Kartoffeln und ein Gurkensalat  1 (W), 3, 7, 10 b/c/j/3BE	 <b>Geflügelbratwurst *</b> mit brauner Sauce, dazu Kohlrabi und Kartoffeln  1 (W), 3, 7, 9 a/3, 5BE	 <b>Spaghetti "Arrabiata" *</b> fruchtige Tomaten- sauce mit Chili, Knoblauch, Zwiebeln und ital. Kräuter  1 (W) 8, 5BE
Dienstag 17.02.2026	 <b>„Köttbullar“ *</b> Rinderhackfleisch- bällchen in Rahmsauce, dazu Kartoffelpüree und Preiselbeergelee  1 (W,H), 3, 6, 7 a/4, 5BE	 <b>„Ostfriesischer Grünkohl“</b> mit Bauchspeckwürfel und einer Mettwurst, dazu Salzkartoffeln  1 (H), 10 b/c/z/3, 5BE	 <b>Tomatensuppe „Toskana“ *</b> Geflügelhackfleisch- bällchen, Basilikum, Knobl., Reiseinlage, dazu Kaiserbrötchen  1 (W), 7 6BE	 <b>Gnocchi ai quattro formaggi *</b> Kartoffelklößchen mit 4-Käsesauce  1 (W), 3, 7 8BE
Mittwoch 18.02.2026	 <b>„Verrücktes Sauerkraut“</b> mit Hackfleisch, Chili, Tomatenmark, Käse, Zwiebeln, Schmand, dazu Kartoffelstampf  1 (W), 3, 7 2BE	 <b>Putenschnitzel „Wiener Art“ *</b> mit Rahmsauce, jun- gen BIO-Erbsen und Kartoffeln  1 (W), 3, 7 a/5BE	 <b>Zartes Hähnchenfilet *</b> in Kräuter-Sauerrahm- sauce, dazu Broccoli und Salzkartoffeln  1 (W), 3, 7 3BE	 <b>Vegetarischer Bauerntopf *</b> mit Sojahack, Knobl., Kartoffel, Möhre, Paprika, Zwiebel, Linsen, Tomatenmark  1 (W,G), 6 3, 5BE"
Donnerstag 19.02.2026	 <b>Schweinegulasch „Hausfrauen Art“</b> m. Zwiebel, Speck und Tomatenmark, dazu Blumenkohl in Béchamel u. Kartoffeln  1 (W), 3, 7 a/b/c/3, 5BE	 <b>Lasagne „al Forno“ *</b> mit Rinderhackfleisch- und Béchamelsauce  1 (W), 3, 7 4, 5BE	 <b>Hackbraten</b> in brauner Sauce mit Kohlrabi und Kartoffeln  1 (W), 10 a/3, 5BE	 <b>Sesam-Karotten- Knuspersticks *</b> mit Sauce Bernaise, dazu Balkangemüse und Kartoffeln  1 (W), 3, 7, 11 6, 5BE
Freitag 20.02.2026	 <b>„Pichelsteiner Eintopf“</b> mit Schweinefleisch, Kartoffeln, Wirsing, Weißkohl, Zwiebeln und Möhren  7, 9 3BE	 <b>Schweinerückensteak</b> mit Pfefferrahmsauce, dazu grüne Bohnen und Rosmarin- kartoffeln  1 (W), 3, 7 a/3, 5BE	 <b>Gedünstetes Seehechtfilet *</b> an Kräutersauce, dazu Möhrenscheiben und Salzkartoffeln  1 (W), 3, 4, 7 5, 5BE	 <b>Veganes Bami Goreng *</b> indonesisches Gericht mit gebratenen Nudeln und Asia- Gemüse  1 (W), 6 5BE
Samstag 21.02.2026	 <b>„Omas Eintopf“ *</b> mit Rindfleisch, Kartoffel-, Pastinaken- und Möhrenwürfel und Petersilie  2BE	 <b>Veg. „Pytt i Panna“ *</b> Schwed. Pfannengericht mit Kartoffelscheiben, Zwiebeln, Kohlrabi, Möhren, dazu Spiegelei und Rote Beete  3 h/6, 5BE	 <b>Frikadelle</b> mit brauner Sauce, dazu Leipziger Allerlei und Kartoffeln  1 (W), 3 a/4BE	 <b>Steckrüben- Kartoffelauflauf *</b> mit Zwiebeln, Sesam, Apfelwürfel, Muskat, Majoran, Sahne mit Käse überbacken  1 (W), 3, 7, 11 4BE




	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Sonntag 22.02.2026	 <b>Bauernroulade</b> Hackfleischrolle mit Zwiebeln, Speck und Gurken in Bratensauce, dazu Rotkohl und Salzkartoffeln 1(W) a/b/c/z/4,5BE	 <b>Geschmorte Ochsenbrust *</b> in Bratensauce, dazu Rosenkohl und Salzkartoffeln 1(W) a/3,5BE	 <b>Putenbraten *</b> in Geflügelsauce, dazu BIO-Broccoli und Salzkartoffeln 1(W) a/3BE	 <b>Quinoa-Erbsen- Frikadelle *</b> mit pikanter Senfsauce (m. Zwiebeln, Sahne, Petersilie), dazu Möh- ren und Kartoffeln 1(W),3,7,9,10 4,5BE
Montag 23.02.2026	 <b>Klassische Linsensuppe</b> mit Kartoffelwürfel, Speck und eingesnittener Wurst 9 b/c/3BE	 <b>Jägerschnitzel (Pute)*</b> mit Champignon- rahmsauce, dazu Buttergemüse und Salzkartoffeln 1(W),3,7,12 a/b/c/e/4,5BE	 <b>3 Geflügel- hackbällchen *</b> mit Gemüsesauce, dazu Erbsen-Mais- gemüse und Reis 1(W),3,7,9,10 4,5BE	 <b>BIO-Vollkorn- rigatoni *</b> mit sahniger Paprikasauce, Kirschtomaten und Frischkäse 1(W),3,7 6BE
Dienstag 24.02.2026	 <b>„Berliner Currywurst“</b> in Gewürzketchup- sauce, dazu Kartoffelpüree und ein Gurkensalat 7 b/c/j/z/3,5BE	 <b>Hähnchenbrust *</b> mit Frühlingszwiebeln, Möhren, Ingwer, Chili, Knoblauch u. Honig in Sojasauce, dazu Reis 1(W),6 a/7BE	 <b>2 gekochte Eier *</b> in Senfsauce mit BIO-Spinat und Kartoffeln 1(W),3,7,10 3BE	 <b>Vegetarische Käsespätzle *</b> Pfannengericht mit Zwiebeln, dazu Käse- Sahnesauce 1(W,D),3,7 7,5BE
Mittwoch 25.02.2026	 <b>BIO-Spaghetti „Bolognese“ *</b> mit Rinderhackfleisch- sauce 1(W) 8,5BE	 <b>Ostfriesische dicke Bohnen</b> mit Mettenden und Salzkartoffeln 1(W),3,7 b/c/3,5BE	 <b>Frischer Möhreneintopf</b> mit Fleischeinlage 7 2BE	 <b>Hirtenpfanne *</b> mit Reismudeln, Feta, Tomaten, Zwiebeln, Bohnen, Zucchini und Peperoni 1(W),7 7,5BE
Donnerstag 26.02.2026	 <b>„Chili sin Carne“ *</b> mit Sojahack, Mais, Zwiebeln, Paprika und Kidneybohnen, dazu Reis 1(W),6,7 6BE	 <b>Gegrilltes Putenfilet *</b> mit Blumenkohl in Béchamel, dazu Kartoffeln 1(W),3,7 b/c/3BE	 <b>Sojageschnetzeltes mit Gemüse *</b> in heller Sauce, dazu Kartoffeln 1(W),3,6,7 3,5BE	 <b>Vanille-Milchreis *</b> mit warmem Kirschragout 1(W),7 c/z/7,5BE
Freitag 27.02.2026	 <b>Schinken-Ei- Nudelgratin</b> dazu Käsesauce 1(W),3,7 b/c/j/8,5BE	 <b>Gebratenes Alaska-Seelachsfilet *</b> mit Dillsauce, dazu BIO-Broccoli, dazu Salzkartoffeln 1(W),3,4,7 5BE	 <b>Fleischkäse</b> in Sauce mit Kohlrabi und Kartoffelpüree 1(W),3,7 a/b/c/j/3BE	 <b>„Tant Tinis Grünkohleintopf“ *</b> mit Kartoffelwürfeln 1(H),10 b/c/2,5BE
Samstag 28.02.2026	 <b>Klassische Graupensuppe *</b> mit Perlgraupen, Zwiebeln, Möhren, Petersilie, Kartoffel- würfel und Rindfleisch 7,9 5BE	 <b>„Grootheider Stipp“</b> Mehlschwitze mit Speck und Zwiebeln, dazu grüne Bohnen und Kartoffeln 1(W),3,7 b/c/4BE	 <b>Schweinegulasch</b> in Sauce, dazu Erbsen und Spiralnudeln 1(W) a/8BE	 <b>Kichererbsen-Patty *</b> mit Cornflakespanade, dazu Tomaten- Paprikagemüse und Reis 7,5BE

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
				
				
				
				
				
				

- Jedes Gericht enthält ein Dessert (Auflistung und Deklaration siehe Beiblatt) -

## Zeichenerklärung/Zusatzstoffe und Hauptallergene:

 = fleischlos	i = bei Aspartam zusätzl. Hinweis: „enthält eine Phenylalaninquelle“	5 = Erdnüsse und Erzeugnisse daraus
* = ohne Schweinefleisch	j = mit Phosphat	6 = Sojabohnen und Erzeugnisse daraus
a = mit Farbstoff	k = coffeinhaltig	7 = Milch und Erzeugnisse daraus
b = mit Konservierungsmittel	l = chininhaltig	8 = Schalenfrüchte und Erzeugnisse daraus **
c = mit Antioxidationsmittel	z = mit einer Zuckerart und/oder Süßungsmittel(n)	9 = Sellerie und Erzeugnisse daraus
d = mit Geschmacksverstärker	1 = glutenhaltige Getreide und Erzeugnisse daraus *	10 = Senf und Erzeugnisse daraus
e = geschwefelt	2 = Krebstiere und Erzeugnisse daraus	11 = Sesamsamen und Erzeugnisse daraus
f = geschwärzt	3 = Eier und Erzeugnisse daraus	12 = Schwefeldioxid und Sulfite
g = gewachst	4 = Fische und Erzeugnisse daraus	13 = Lupinen und Erzeugnisse daraus
h = mit Süßungsmittel(n)		14 = Weichtiere und Erzeugnisse daraus

Geringfügige Spuren eines Allergens können nicht ausgeschlossen werden, da es während des komplexen Warenflusses der Lebensmittelherstellung (Transport, Lagerung, Produktion, Verpackung,...) zu Kreuzkontaminationen und Produktübertragungen kommen kann. Des Weiteren kann es bei dem Produkt zu Rezepturänderungen kommen, die Einfluss auf vorhandene Allergene haben. Es ist uns daher nicht möglich, eine Garantie über die vollständige Abwesenheit von möglichen Allergenen zu geben. Die vorhandenen Kennzeichnungen dienen als Information, für die keine Haftung übernommen wird. Maßgebend für unsere Daten ist die Produktspezifikation des Herstellers.

- „Leicht und bekömmlich“: mild gewürzt, schonend gekocht, mit Zutaten, die besonders verträglich sind
- Sonderkostformen, wie glutenfrei, lactosefrei, kaliumarm etc. können auf Wunsch zubereitet werden
- Unsere Menüs haben eine Einwaage von ca. 450 - 500 ml
- Alle BE-Angaben sind ohne Dessert berechnet

\* = (W)eizen, (R)oggen, (H)afer, (K)amut, (D)inkel, (G)erste, (Hy)bridstämme

\*\* = (M)andeln, (H)aselnüsse, (W)alnüsse, (K)aschnüsse, (P)ekannüsse, (Pa)ranüsse, (Pi)stazien, (Ma)cademia- oder Queenslandnüsse



Es kocht:

...täglich frisch & lecker

