

# Speisenplan Küche Lichtenberg / Erzgebirge

## Juni/Juli 2026

Standortleiter: J.Schön 015208873860



Kühlanlieferung am Wochenende und  
Feiertagen am vorangehenden Werktag

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
25. KW 15.06.-21.06.2026	Essen 1	Hähnchensteak mit Tomate-Mozzarella überbacken <sup>1,G</sup> dazu Soße und Kroketten	Rouladentopf dazu Rotkraut Klöße	Drumsticks dazu Mischgemüse, Soße mit Püree <sup>G</sup>	Geschnetzeltes vom Schwein dazu Erbsen und Spätzle <sup>A,C</sup>	Schweinebraten dazu bayrisch Kraut, Biersoße und Semmelknödel <sup>A</sup>	Wurstgulasch mit Nudeln <sup>A</sup>	Hackbraten <sup>A,C</sup> dazu Bohnen, Soße und Kartoffeln
	Essen 2	Veget. Frühlingsrolle <sup>A</sup> dazu asiat. Reispfanne und Currysoße	Vegetarische Klopse dazu Mischgemüse und Püree <sup>G</sup>	Buchteln <sup>A,C,G</sup> mit Vanillesoße <sup>1,G</sup>	Gefüllte veget. Paprikaschote dazu Tomatensoße und Kurkuma-Reis	Blumenkohl-Käse-Knuspermedaillon <sup>A,G,1</sup> dazu Soße und Püree <sup>G</sup>	Kartoffelaufauf <sup>G</sup> mit buntem Gemüse	Hähnchen-Cordon bleu <sup>A,C,2,3</sup> dazu Möhren, Soße, und Kartoffeln
	Essen 3	Linseneintopf mit Kasselerwürfel <sup>2,3,7</sup> Schokopudding <sup>G</sup>	Igelwürstchen <sup>2,3,7</sup> dazu Soße und Püree <sup>G</sup> Obst	Bauerntopf mit Hackfleisch, Gemüse und Kartoffeln	Fisch <sup>A,D</sup> "Italiano" dazu Möhrengemüse, Soße und Reis			
26. KW 22.06.-28.06.2026	Essen 1	Hähnchengeschnet-zeltes mit Champignons dazu Reis	Schweinegulasch dazu Sauerkraut und Knödelscheiben <sup>A</sup>	Döner-Teller dazu Soße, Reis und bunter Krautsalat	Schweineschnitzel <sup>A,C</sup> dazu selbstgemachter Kartoffelsalat	Eisbein dazu Sauerkraut und Kartoffeln	Erbseintopf mit Wiener Wurst <sup>2,3</sup>	Herzhafter Wildgulasch dazu Rotkohl und Klöße
	Essen 2	Spirelli <sup>A</sup> mit Käsesoße <sup>1,G</sup>	Spinat-Lasagne <sup>A,G</sup> dazu Salat	Gemüse-Knusperschnitzel <sup>A,C</sup> dazu Soße und Kartoffeln	2 Eier <sup>C</sup> in Senfsoße <sup>K</sup> dazu Kartoffeln	Kartoffelaufauf mit Möhre, Broccoli und Käse <sup>1,G</sup> überbacken	Gebackener Blumenkohl <sup>A,C</sup> dazu helle Soße <sup>C,G</sup> und Kartoffeln	Hähnchenkeule dazu Rotkraut, Soße und Kartoffeln
	Essen 3	Buchstabensuppe <sup>A</sup> mit Gemüse und Hühnerfleisch dazu Brot <sup>A</sup>	Süß-saure Kartoffelstückchen mit Jagdwurstwürfel <sup>2,3</sup> Schokopudding <sup>G</sup>	Chicken-Nuggets <sup>A,C</sup> dazu Soße und Püree <sup>G</sup>	Backfisch <sup>A,C,D</sup> dazu Remoulade und Bratkartoffeln Gurkensalat			
27. KW 29.06.-05.07.2026	Essen 1	Putensteak dazu Champignonrahmsoße <sup>G</sup> und Kartoffel-Rösti	Leberkäse <sup>2,3</sup> mit Spiegelei <sup>C</sup> dazu Bratkartoffeln	Mit Hackfleisch <sup>A,C</sup> gefüllte Paprikaschote dazu Soße und Kartoffeln	Hähnchenschnitzel <sup>A,C</sup> dazu Gemüse, Soße und Kartoffeln	Schmorbraten dazu Rotkraut, Soße und Klöße	Wirsingkohl-Roulade <sup>A,C</sup> dazu Soße und Kartoffeln	Gedünstetes Fischfilet <sup>D</sup> in Zitronensoße dazu Reis
	Essen 2	Eierkuchen <sup>A,C,G</sup> mit Apfelmus <sup>3</sup>	Spaghetti <sup>A</sup> mit Linsen-Bolognese	Gebackene Champignons <sup>A,C</sup> dazu Risotto Kompott	Broccoli-Rahm-Suppe <sup>G</sup> mit Kochschinken <sup>2,3,7</sup> und Croutons <sup>A</sup> Fruchtjoghurt <sup>G</sup>	Nudel <sup>A</sup> mit Gemüse-Köttbular und Soße	Gulaschsuppe mit Kartoffelwürfel und Champis	Pökelbraten <sup>2,3,7</sup> dazu Gemüse und Kartoffeln
	Essen 3	Pelmeni <sup>A,C</sup> mit Schweinefleisch in Gemüsebouillon	Schlemmerfilet "Broccoli" <sup>A,C,D</sup> dazu Soße und Püree <sup>G</sup>	Gräupcheneintopf <sup>A</sup> mit Kasselerwürfel <sup>2,3,7</sup> dazu Brot <sup>A</sup>	Marinierter Hering (klein geschnitten) <sup>D,G</sup> dazu Kartoffeln			

28. KW 06.07.-12.07.2026	Essen 1	Putenschnitzel <sup>A,C</sup> dazu Mischgemüse, Soße und Kroketten <sup>A,C</sup>	Spießbraten dazu Gemüse, Soße und Klöße	Hähnchenragout <sup>G</sup> mit Gemüse dazu Röstinchen	Tafelspitz in Meeretischsoße dazu Gemüse und Kartoffeln	Würzfleisch mit Käse <sup>1,G</sup> überbacken dazu Rösti-Ecken	Kartoffelsuppe mit Wiener <sup>2,3,7</sup>	Hähnchensteak dazu Gemüse, Soße und Kartoffel-Rösti
	Essen 2	Gefüllte Kartoffeltaschen dazu Schmand <sup>G</sup> und Salat	Gemüse-Stäbchen dazu Soße und Püree <sup>G</sup>	Bunte Gemüse- Spätzle-Pfanne	Quarkkeulchen <sup>A,C,G</sup> mit Apfelmus <sup>3</sup>	Rührei <sup>C</sup> dazu Kartoffelbrei <sup>G</sup> und selbstgemachten Gurkensalat	Krautroulade <sup>A,C</sup> dazu Soße und Kartoffeln	Schweineschnitzel <sup>2,3,A,C</sup> dazu Mischgemüse, Soße und Kartoffeln
	Essen 3	Erbsensuppe mit Wurstwürfel <sup>2,3</sup> dazu Brot <sup>A</sup>	Fischfiguren <sup>A,D</sup> dazu Rahmgemüse <sup>G</sup> und Püree <sup>G</sup> Obst	Sülze dazu Remoulade <sup>1,G</sup> , Gewürzgurke und Bratkartoffeln	Enchilada <sup>A</sup> mexikanisch mit Hähnchenfleisch und Käse <sup>1,G</sup> überbacken			
29. KW 13.07.-19.07.2026	Essen 1	Putensteak in Parmesan- Ei-Panade <sup>A,C,G</sup> dazu Tomatensoße und Bandnudeln <sup>A</sup>	Schweinesteak "au four" <sup>1,G</sup> dazu Erbsen, Soße und Kroketten <sup>A,C</sup>	Jägerschnitzel <sup>2,3,A,C</sup> dazu Tomatensoße und Spirelli <sup>A</sup>	Szegediner Gulasch dazu Kartoffeln	Zwiebelrostbraten in Rotweinssoße dazu Spätzle	Krauteintopf mit Kasselerwürfel <sup>2,3,7</sup> dazu Brot <sup>A</sup>	Putenbraten dazu Blumenkohl, Soße und Kartoffeln
	Essen 2	Nudeln <sup>A</sup> mit Spinat-Sahne-Soße <sup>G</sup> dazu Reibekäse <sup>1,G</sup>	Eierragout <sup>C,G</sup> mit Gemüse dazu Kartoffeln	Sellerie-Schnitzel <sup>A,C</sup> dazu Soße und Püree <sup>G</sup> Obst	Spaghetti <sup>A</sup> mit Gemüse-Köttbular und Tomatensoße	Tomatensuppe mit Reis Erdbeerjoghurt <sup>G</sup>	Nudel-Schinken- Auflauf <sup>A,2,3</sup>	Krustenbraten dazu Sauerkraut, Soße und Kartoffeln
	Essen 3	Hähnchenbruststreifen mit Chinagemüse dazu Kurkuma-Reis	Grützwurst <sup>2,3</sup> dazu Sauerkraut und Kartoffeln	Brathering <sup>D</sup> dazu Kartoffeln	Fischstäbchen <sup>A,D</sup> dazu Dillsoße <sup>G</sup> und Kartoffelbrei <sup>G</sup> Möhrensalat			

Zu- und Abbestellungen sind nur werktags für den Liefertag bis 7:30 Uhr möglich, für Folgetage 9:00 bis 14:00 Uhr.

**Änderungen vorbehalten!**

knack-frisch GmbH  
Muldaer Straße 27  
09638 Lichtenberg/ Erzgebirge

Tel-Küche.: 037323/53141  
www.knack-frisch.de

[j.schoen@knack-frisch.de](mailto:j.schoen@knack-frisch.de)

**Kenzeichnung von Inhaltsstoffen:**

1 = mit Farbstoffen, 2 = mit Konservierungsstoffen, 3 = mit Antioxydationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärker, 5 = mit Süßungsmittel,  
6 = enthält Phenylalininquelle, 7 = mit Phosphat, 8 = gewachst, 9 = geschwärzt, 10 = geschwefelt

**Hauptallergene im Überblick:**

A=Glutenhaltiges Getreide (Weizen), B=Krebstiere, C=Eier, D=Fisch, E=Erdnüsse, F=Soja, G=Milch, H=Schalenfrüchte, I=Sellerie, K=Senf,  
L=Sesamsamen, M=Lupine, N=Weichtiere sowie daraus hergestellte Erzeugnisse,  
O=Schwefeldioxid und Sulfit bei mehr als 10 mg/kg oder 10 mg/l