

# WOT Speiseplan

Wochenplan vom  
05.01.2026 – 11.01.2026



## Montag

**Menü 1**  
**7,00 €**

Rote Beete-  
Kartoffelcremesuppe mit  
Meerrettich &  
Kartoffelchips  
g,i,j,l

**Menü 2**  
**9,50 €**

Currywurst mit Pommes\*  
& kleinem Salat  
2,3,4,7,a,i,j

**Vegetarisches  
Menü**  
**9,00 €**

vegetarische Kohlroulade  
mit Deftiger Sauce und  
Kartoffelpüree  
a,c,f,g,h,i,j,k,m

## Dienstag

Bauerneintopf mit  
Paprika und Kartoffel  
a,i,g,

Sülze mit Remoulade,  
Bohnensalat und  
Bratkartoffeln\*  
a,c,g,i,j

Nudeln mit Paprika-Chili-  
Chutney und Käse  
a,c,g,i,

## Mittwoch

Tomatensuppe mit  
gebratener Wiener und  
Reibekäse  
g,i,j,

Fischfilet unter der  
Kruste mit Rösti  
und Dill Schmand  
Möhrensalat\*  
3,a,c,d,g,i,l

Semmelknödel mit  
Champignonrahm &  
Blumenkohlröschen  
a,c,g,i,

## Donnerstag

„Ribollita“ Tosk.  
Bauernsuppe (vegan)  
VEGAN i,h

Geflügel-Champignon-  
Rahm-Geschnetzeltes  
mit Penne  
a,c,g,i,,

Käsespätzle mit  
Gurkensalat  
a,c,g,i,j

## Freitag

Chili Con Carne mit  
Baguette  
a,i,j,

Hähnchen-Reispfanne  
Süß-sauer  
a,c,g,i,f,k

gebackener Blumenkohl  
mit Hollandaise und  
bunter Reispfanne\*  
a,c,g,i

Täglich verfügbar: großer Salat inkl. Dressing 8,00 € / kleiner Salat inkl. Dressing 2,90 €

# WOT Speiseplan

Wochenplan vom  
12.01.2026 – 18.01.2026



## Montag

**Menü 1**  
**7,00 €**

Thai - Karottensuppe mit  
Baguettes  
a,i,j,g 

**Menü 2**  
**9,50 €**

Paprikagulasch vom  
Schwein & Spirellis  
a,c,g,f,i,j

**WOT Buffettag**  
**10,90 €**  
**pro Person**

**Vegetarisches**  
**Menü**  
**9,00 €**

Spinatlasagne mit  
Kirschtomaten  
a,g,c,i,j

Käse-Lauchsuppe mit  
Kartoffel & Hackfleisch  
g,c,i,j,a

Thunfischlasagne mit  
Erbsen & Dill  
a,g,k,f 

Rührei mit Rahmspinat  
und Kartoffeln  
4,a,c,g,i,j,


## Donnerstag

Kartoffelpuffer mit  
Apfelmus &  
Puderzucker  
VEGAN 3.a,c,i,i,j,

Kassler-Braten mit  
Sauerkraut und  
Kartoffeln  
i,j,g,a,

Falafel Bällchen mit  
Kräuter Reis und  
Minz-Jogurt-Dipp &  
Salat  
a,c,g,f,i,j 

## Freitag

Curcuma -  
Blumenkohlsüppchen mit  
Kartoffeln & Dill, inkl.  
Brot a,i 

Hühnerfrikasee mit  
Kräuter Reis & Handobst  
a,c,g,i,j,

Gemüsequiche mit  
Karottensalat und  
Kräuterquark  
3,a,c,g,i,j,

Täglich verfügbar: großer Salat inkl. Dressing 8,00 € / kleiner Salat inkl. Dressing 2,90 €

# WOT Speiseplan

Wochenplan vom  
19.01.2026 – 25.01.2026



## Montag

**Menü 1**  
**7,00 €**

vegane Linsen-  
Quinoasuppe mit Curry &  
Baguettes  
a,f,l,i,h

VEGAN

Wo  
Fit Tipp

**Menü 2**  
**9,50 €**

Thüringer Rostbrätel mit  
Bierzwiebeln &  
Bratkartoffeln  
2,3,a,g,i,j

**Vegetarisches  
Menü**  
**9,00 €**

Kartoffelauflauf mit Spinat  
und Hirtenkäse  
a,g,i,j

## Dienstag

Wurstgulasch mit Nudeln  
& Reibekäse  
2,3,8,a,c,g,i,j

marinierter Hering mit  
Kartoffeln & Handobst  
1,2,3,4,a,c,d,g,i,j

gefüllte Tortellini mit  
Karotten-Sahnesoße und  
Kürbiskern-Salty  
Caramel Pesto  
1,2,a,g,i,c,e

Wo  
Fit Tipp

## Mittwoch

Erbseintopf mit  
Wiener & Brot  
1,2,3,7,9,a,i,j,h,g

Gebratenes Fischfilet mit  
Kräuterbutter, Sauce  
Hollandaise & Risi-Bisi  
Reis  
3,4,a,j,l,g,

Spätzle mit  
Champignonsrahm und  
Brokkolie  
A,c,g

Wo  
Fit Tipp

## Donnerstag

Grißbrei mit heißen  
Kirschen & Zucker-  
Zimt  
g,a

Hühnerbrust mit  
Erdnussauce,  
gebratener Eierreis  
mit Gemüse  
A,c,g,i,j,h,e

Veg. Paprikaschote  
mit Tomatensauce &  
Reis und Salat  
a,i,j

Wo  
Fit Tipp

## Freitag

Pekingsuppe „süß-sauer“  
mit Hühnerfleisch  
a,f,i,k,j

Jägerschnitzel mit  
Tomatensauce, Pasta  
und grünem WOT  
Smoothie  
1,2,4,a,c,i,g,

bunte Reispfanne mit  
Pesto & gebratenem  
Halloumi  
a,g,i,j,e

Wo  
Fit Tipp

Täglich verfügbar: großer Salat inkl. Dressing 8,00 € / kleiner Salat inkl. Dressing 2,90 €

# WOT Speiseplan

Wochenplan vom  
26.01.2026 – 01.02.2026



## Montag

**Menü 1**  
**7,00 €**

Kartoffeleintopf mit Wiener  
& Brot  
2,3,7,a,g,i,j



**Menü 2**  
**9,50 €**

Backfisch mit Kartoffel-  
Gurkensalat mit  
Remoulade\*  
1,3,11,a,c,d,g,i,j

**Vegetarisches  
Menü**  
**9,00 €**

panierter Käse mit  
Tomatensoße & Nudeln  
a,c,g,i,j

## Dienstag

Erbсен-Hirse-Bratlinge  
mit Rotkohl-Mango-Salat  
& Curry- Schmand-Dip\*  
a,g,i,j,h



Gyros mit Tzaziki ,  
Tomatenreis &  
Weißkrautsalat  
a,g,i,j

Kürbis-Couscous mit  
Currygemüse und  
Tortilla Chips  
a,c,g,l,f,h,

## Mittwoch

Käse-Lauchsuppe mit  
Kartoffel & Hackfleisch  
g,c,i,j,a

Schwarzbierbraten mit  
Apfelrotkraut & Thür.  
Klößen  
a,f,i,j,3,11

mediterrane Gnocchi  
Pfanne mit Parmesan  
1,2,3,a,c,i,g,j,



## Donnerstag

Soljanka mit Creme  
Fraiche & Baguette  
2,3,7,11,a,g,i,j

Grützwurst mit  
Sauerkraut &  
Kartoffelpüree  
2,a,g,l,j

Blumenkohl-  
Käseschnitzel mit  
Kräutersauce und  
Süßkartoffelpüree &  
Handobst  
a,c,f,g,h,l,j,k



## Freitag

ital. Nudelsalat mit einem  
Paar Wiener & Senf  
2,3,7,a,c,g,i,j,l

Hähnchenkeule mit  
Balkangemüse & Reis  
a,f,g,i,j,h,n

veganes Pflanz'l auf  
Karotten-Gemüse &  
Kartoffelstampf  
a,f,h,i,j

VEGAN



Täglich verfügbar: großer Salat inkl. Dressing 8,00 € / kleiner Salat inkl. Dressing 2,90 €