

MENÜPLAN 02.11. bis 08.11.2020 | 45. Woche

! Bitte beachten Sie **diese Woche** unsere **Schlachte- und Grünkohlwoche** auf dem Extra Menü!

	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Vegetarisch	Extra Menü	Kaltmenü	Salat	Beilagen-Salat	Nachtisch
Montag, 02.11.2020	Minestrone Italienische Gemüsesuppe mit Nudleinlage, dazu 1 Brötchen 61,9 KH* A, F, G, I	Schinkenomelett auf Blattspinat, dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 53,2 KH* A, C, G, I	Chinapfanne Hähnchenbruststreifen auf süß-/sauerem Gemüse, dazu Basmatireis, Dessert 74,0 KH* F, I	Soja-Nuggets mit Möhregemüse und Kartoffelpüree, Dessert 60,5 KH* A, F, G, I	Bauernbratwurst im Ring⁽²⁺⁷⁾ auf Grünkohl ⁽³⁾ , dazu Bratkartoffeln ⁽⁶⁾ und Senf, Dessert 68,6 KH* 9,00 € A, I, J	Paniertes Schweineschnitzel mit Kartoffelsalat ⁽²⁺⁴⁾ , Salatgarnitur und Senf 48,5 KH* A, C, G, J	„Chicken Run“ Hähnchen-Nuggets auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing, Brötchen 51,5 KH* A, C, G, I, J	Mixsalat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C, G, J	Apfelkuchen 34,2 KH* A, C, G, H
Dienstag, 03.11.2020	Pichelsteiner Gemüsetopf mit Rindfleisch und verschiedenem Gemüse, Dessert 35,3 KH* A, F, I	Kasslerkambraten⁽³⁾ mit Sauce, dazu Scheibenkarotten und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ 42,7 KH* A, F, G, I	Frikadelle mit Rahmchampignons, dazu Butterspätzle und gemischter Salat mit Dressing 71,1 KH* A, C, F, G, I, J	Schmackhafte Kartoffelpuffer mit Kräuterquark, Dessert 66,2 KH* G, L	Gepökelter Schweinekrustenbraten⁽³⁾ in Schwarzbiersauce, dazu Thüringer Klöße und Rettichsalat in Sauerrahm, Dessert, Kümmeling 86,6 KH* 9,00 € A, G, I, J, L	Hausmacher Fleischsalat mit 2 halben Eiern, dazu Brötchen und Butter 39,6 KH* A, C, G, J	„Chicken Run“ Hähnchen-Nuggets auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing, Brötchen 51,5 KH* A, C, G, I, J	Rettichsalat in Sauerrahm 13,6 KH* G	Käsekuchen 36,4 KH* A, C, G
Mittwoch, 04.11.2020	Bratwürstchen⁽²⁺⁷⁾ auf Mischgemüse, dazu Kartoffelpüree 60,0 KH* A, C, G, I, J	Hähnchen-Cordon bleu mit Schinken und Käse gefüllt, dazu Brokkoli und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ 65,3 KH* A, F, G, I	Schweinegulasch mit Rahmsauce, dazu Spiralnudeln und Karotten-/Weißkohlsalat ⁽²⁺⁴⁾ 80,3 KH* A, F, G, I	Milchreis mit Zucker und Zimt, dazu Fruchtcocktail 172,1 KH* G	Grünkohlplatte Mettwurst ⁽³⁾ , Kassler ⁽³⁾ und 2 kleine Frikadellen ⁽²⁾ auf Grünkohl ⁽³⁾ , dazu Bratkartoffeln ⁽⁶⁾ und Senf, Dessert 71,5 KH* 9,00 € A, C, I, J	Heringssalat⁽⁵⁾ mit Roter Bete, Äpfeln, Zwiebeln und Gurken, dazu Brötchen und Butter 51,3 KH* A, C, G, I, J	„Chicken Run“ Hähnchen-Nuggets auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing, Brötchen 51,5 KH* A, C, G, I, J	Karotten-Weißkohlsalat⁽²⁺⁴⁾ 13,6 KH*	hausgemachter Milchreis 35,7 KH* G
Donnerstag, 05.11.2020	Currybockwürstchen⁽²⁾ mit Curryketchupsauce, dazu Kartoffelpüree, Dessert 58,2 KH* A, G, I	Geflügelfrikadellen-Bällchen mit Rahmsauce, dazu Leipziger Allerlei und Butterreis, Dessert 74,3 KH* A, C, F, G, I, J	Paniertes Schweinekotelett mit Bratensauce, dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ und Brechbohnsensalat in saurer Sahne 69,5 KH* A, G, I	Eieromelett mit Rahmspinat, dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 55,1 KH* A, F, G, I	Gegrilltes Hintereisbein⁽³⁾ (extra verpackt) mit Sauerkraut ⁽³⁾ , Kartoffelpüree, Senf, Dessert 44,4 KH* 9,00 € G, I, J	Fruchtpokal „Jogger Becher“ Sahnequark ⁽¹⁾ mit Früchten, Schokoraseln und Bircher Müsli 128,4 KH* A, G, H	„Chicken Run“ Hähnchen-Nuggets auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing, Brötchen 51,5 KH* A, C, G, I, J	Brechbohnsensalat 6,3 KH* G	Schokopudding/Vanillesauce 33,4 KH* G
Freitag, 06.11.2020	Gefüllte Paprikaschote mit Tomaten-Kräuter-Sauce, dazu Reis, Dessert 73,1 KH* A, C, F, I	Seelachs im Backteig⁽⁵⁾ mit warmen Kartoffelsalat ⁽⁶⁾ , dazu Joghurt-Remoulade ⁽²⁺⁴⁾ 65,4 KH* A, J, L	Gekochtes Rindfleisch mit Apfel-Meerrettichsauce und Bouillonkartoffeln ⁽⁶⁾ 44,3 KH* A, G, I	Farfalle-Nudeln „Tricolor“ mit Tomatensauce, dazu gemischter Salat mit Dressing, Dessert 96,0 KH* A, C, F, G, I, J	Hausmacher Schlachteplatte Blutwurst ⁽²⁾ , Leberwurst ⁽²⁾ , 1 kleine Frikadelle ⁽²⁾ , Wellfleisch ⁽²⁾ auf Sauerkraut ⁽³⁾ , dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , Senf, Dessert, Kümmeling 51,2 KH* 9,00 € A, C, G, I, J	Krabbencocktail⁽²⁾ mit Champignons und Spargel, dazu Brötchen und Butter 48,5 KH* A, B, C, G, J	„Chicken Run“ Hähnchen-Nuggets auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing, Brötchen 51,5 KH* A, C, G, I, J	Eisbergsalat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C, G, J	Mandarin-Sahneschnitte 25,4 KH* A, C, G

Wir wünschen guten Appetit!

FRISCH GEKOCHT! ★★★★★

IHR REGIONALER ANBIETER AUS BAUNATAL

★★★★★ www.frisch-menü.de

Samstag, 07.11.2020	Putenfrikassee in Holländischer Sauce mit Spargelstücken, dazu Gemüseris, Dessert 67,6 KH* A, F, G, I	Möhreneintopf mit Fleischwurstwürfeln ⁽²⁾ , Kartoffeln ⁽⁶⁾ und Gartenkräutern, Dessert 43,5 KH* A, F, G, I, J	Mediterranes Ratatouillegemüse mit buntem Reis, dazu Eisbergsalat mit Dressing, Dessert 86,4 KH* A, C, F, G, I, J	Geflügelroulade „Hausfrauen Art“ mit Geflügelsauce, dazu Butterreis und Leipziger Allerlei, Dessert 72,9 KH* A, F, G, I, J	Die Menüs werden am Tag der Auslieferung frisch gekocht und sind zum sofortigen Verzehr bestimmt. Die TK-Auslieferung erfolgt ohne Salatbeilage.	Änderungen vorbehalten! Nährwertangaben entnehmen Sie bitte unserer Internetseite: www.frisch-menü.de	EU-Zulassungs-Nr. HE 30376 * Kohlenhydrat-Berechnung (KH) bezieht sich auf das Menü ohne Dessert in Gramm (g).
Sonntag, 08.11.2020	Kasslerrücken⁽³⁾ mit Sauce, dazu Rotkohl Gemüse ⁽⁴⁾ und Thüringer Klöße, Dessert 64,2 KH* A, G, I, L	Schweinebraten in deftiger Sauce, dazu Rotkohl Gemüse ⁽⁴⁾ und Thüringer Klöße, Dessert 65,9 KH* A, G, I, L	Vegetarische Gemüsemaultaschen in Kräuterrahmsauce, Dessert 71,2 KH* A, C, G, I	Großer Grillteller mit Bratwürstchen ⁽²⁺⁷⁾ , kleinen Frikadellen und Spießbraten, dazu Paprika-/Tomatensauce und Djuvecreis, Dessert 76,0 KH* A, C, F, I, J	Allergene: A = Gluten; B = Krebstiere; C = Eier; D = Fisch; E = Erdnüsse; F = Soja; G = Laktose; H = Schalenfrüchte; I = Sellerie; J = Senf; K = Sesamsamen; L = Schwefeldioxid; M = Lupinen; N = Weichtiere Zusatzstoffe: 1 = mit Farbstoff; 2 = mit Konservierungsstoff; 3 = mit Nitritpökelsalz; 4 = mit Süßungsmittel; 5 = kann Gräten enthalten; 6 = mit Antioxidationsmittel; 7 = mit Phosphat; 8 = gewachst		

Bestelltelefon Mo. – Fr.: von 7:00 bis 15:00 Uhr

☎ 0800/750 66 66

Gebührenfrei aus dem deutschen Festnetz.