

MENÜPLAN 01.02. bis 07.02.2021 | 05. Woche

! Bitte beachten Sie vom **nächste Woche** unsere **Wildwoche** auf dem **Extra Menü!**

	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Vegetarisch	Extra Menü	Kaltmenü	Salat	Beilagen-Salat	Nachtisch
Montag, 01.02.2021	Geflügelrikadellen-bällchen auf Rahmkohlrabi, dazu Kartoffelpüree 53,7 KH* A1,C,G,I,J	Bratwurst⁽²⁺⁷⁾ auf Sauerkraut ⁽³⁾ , dazu Bratkartoffeln ⁽⁶⁾ und Senf 61,1 KH* G,I,J	Hackfleisch-Käselauchsuppe verfeinert mit Schmelzkäse ⁽¹⁺²⁾ , dazu 1 Brötchen, Dessert 62,0 KH* A1,G,I	Vegetarische Paprikaschote mit Tomatensauce, dazu Reis, Dessert 88,6 KH* A1,C,F,I,J	Geflügelroulade mit Sauce Hollandaise und Brokkoli, dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 39,3 KH* A1,C,G,I,J	Paniertes Schweineschnitzel mit Kartoffelsalat ⁽²⁺⁴⁾ , Salatgarnitur und Senf 61,9 KH* A1,C,J	Salat „Sweet Dreams“ Hähnchenbruststreifen, Ananaswürfel, Mandarinspalten und Walnusskerne auf frischem Salatmix, dazu italienisches Dressing und Brötchen 37,6 KH* A1,C,G,I,J,H3	Mixsalat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C,G,J	Kirsch-Sandkuchen 34,2 KH* A1,C,G,H2
Dienstag, 02.02.2021	Szgediner Gulasch mit Paprika und Sauerkraut ⁽²⁾ , dazu Kartoffelpüree, Dessert 45,3 KH* A1,F,G,I	Fleischkäse⁽²⁾ in Sauce, dazu Blumenkohl und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ 43,8 KH* A1,G,I	Hähnchenstreifen in Käsecremesauce, dazu buntes Gemüserisotto 77,5 KH* A1,F,G,I	Gemüse-Frikadelle (Kürbis-Steckrübe) mit Sesamkartoffeln ⁽⁶⁾ und Kräuter-Dip, Dessert 46,3 KH* A1,G,K	Mozzarella-Schnitzel Schweineschnitzel mit Tomaten und Mozzarella überbacken, dazu Tomatenreis und Eisbergsalat mit Dressing, Dessert 86,9 KH* A1,C,F,G,J	Heringssalat⁽⁵⁾ mit Roter Bete, Äpfeln, Zwiebeln und Gurken, dazu Brötchen und Butter 51,3 KH* A1,C,D,G,I,J	Salat „Sweet Dreams“ Hähnchenbruststreifen, Ananaswürfel, Mandarinspalten und Walnusskerne auf frischem Salatmix, dazu italienisches Dressing und Brötchen 37,6 KH* A1,C,G,I,J,H3	Eisbergsalat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C,G,J	Schokoladonut 50,4 KH* A1,F,G
Mittwoch, 03.02.2021	Geschnetzeltes Schweinefleisch „Art Stroganoff“ mit Gewürzgurken und Champignons, dazu Senfrahmsauce und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ 47,3 KH* A1,F,G,I,J	Hähnchenbrust mit Fusilli-Nudeln und Tomatensauce 79,7 KH* A1,G,I	Rindergulasch mit bunten Paprikastreifen, dazu Penne Nudeln und Eisbergsalat mit Dressing 88,7 KH* A1,C,F,G,I,J	Blumenkohl im Backteig dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ und Cocktail-Dip, Dessert 111,2 KH* A1,C,G,J	Schlemmerfilet⁽⁵⁾ „Italiano“ Fischfilet mit Auflage aus Tomatenwürfeln, Zwiebeln und Sauerrahm, dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ und Eisbergsalat mit Dressing, Dessert 54,7 KH* A1,C,D,G,J	Fruchtpokal „Sylt“ Sahnequark mit Beerencocktail und Vanillesauce ⁽¹⁾ 111,1 KH* G	Salat „Sweet Dreams“ Hähnchenbruststreifen, Ananaswürfel, Mandarinspalten und Walnusskerne auf frischem Salatmix, dazu italienisches Dressing und Brötchen 37,6 KH* A1,C,G,I,J,H3	Eisbergsalat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C,G,J	Schwarzwälder-Kirsch-Schnitte⁽¹⁰⁾ 29,3 KH* A1,C,G
Donnerstag, 04.02.2021	Spaghetti „Carbonara“ Vollkornspaghetti mit feiner Käse-Sahnesauce und Schinkenwürfeln ⁽²⁾ 90,8 KH* A1,F,G,I	Gebackenes Fischfilet⁽⁵⁾ mit Sauce Hollandaise, dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ und Möhrensalat ⁽²⁺⁴⁾ 84,5 KH* A1,C,D,F,G,I	Hacksteak mit Bratensauce, dazu Rosenkohl ⁽³⁾ und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ 47,2 KH* A1,C,I	Vegetarischer Möhreintopf mit frischer Petersilie und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu 1 Brötchen, Dessert 71,8 KH* A1,F,I	Schweinefilet mit Champignonrahmsauce, dazu Röstitaler und gemischter Salat mit Dressing, Dessert 50,0 KH* A1,C,F,G,I,J	Wurstsalat⁽²⁾ „Schweizer Art“ mit Emmentaler ^(1,2) , Gewürzgurken ⁽²⁾ und Zwiebeln, dazu Brötchen und Butter 35,9 KH* A1,G,J	Salat „Sweet Dreams“ Hähnchenbruststreifen, Ananaswürfel, Mandarinspalten und Walnusskerne auf frischem Salatmix, dazu italienisches Dressing und Brötchen 37,6 KH* A1,C,G,I,J,H3	Möhrensalat⁽²⁺⁴⁾ 17,5 KH*	Fruchtjoghurt 26,0 KH* G
Freitag, 05.02.2021	Paniertes Jägerschnitzel mit Sauce, dazu Kartoffeln ⁽⁶⁾ und Krautsalat in saurer Sahne ⁽²⁺⁴⁾ 67,1 KH* A1,G,I	Große Mettwurst⁽²⁾ auf deftigem Grünkohl ⁽³⁾ , dazu Kartoffelpüree und Senf 50,2 KH* A1,G,I,J	Fischfilet⁽⁵⁾ auf Blattspinat, dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ 46,8 KH* A1,D,G,I	Knusper-Gemüse-Tasche mit Sahnesauce, dazu Djuvecreis, Dessert 73,8 KH* A1,G	Thüringer Rostbrätel Nackensteak mit Schwenkzwiebeln, dazu warmer Kartoffelsalat ⁽²⁺⁶⁾ , Dessert 49,0 KH* F,I,J	Krabbencocktail⁽²⁾ mit Champignons und Spargel, dazu Brötchen und Butter 20,1 KH* A1,B,C,G,J	Salat „Sweet Dreams“ Hähnchenbruststreifen, Ananaswürfel, Mandarinspalten und Walnusskerne auf frischem Salatmix, dazu italienisches Dressing und Brötchen 37,6 KH* A1,C,G,I,J,H3	Krautsalat in saurer Sahne ⁽²⁺⁴⁾ 13,6 KH* G	Rhabarber-Erdbeerkuchen 40,0 KH* A1,C,G
Samstag, 06.02.2021	Deftiger Erbseneintopf mit 2 Wiener Würstchen ⁽²⁺⁶⁾ , Speck ⁽³⁾ und Zwiebeln, dazu 1 Brötchen, Dessert 88,6 KH* A1,F,G,I,J	Mettbällchen auf Karottengemüse, dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 67,3 KH* A1,C,G,I,J	Gemüsemaultaschen mit Kräuterrahmsauce, dazu gemischter Salat mit Dressing, Dessert 69,1 KH* A1,C,G,I,J	Sauerbraten vom Rind mit Sauce, dazu Apfelrotkohl ⁽⁴⁾ und Kartoffelklöße, Dessert 68,3 KH* A1,F,I	<p>Die Menüs werden am Tag der Auslieferung frisch gekocht und sind zum sofortigen Verzehr bestimmt. Die TK-Auslieferung erfolgt ohne Salatbeilage.</p> <p>Allergene: Gluten: A1=Weizen; A2=Roggen; A3=Gerste; A4=Hafer; B=Krebstiere; C=Eier; D=Fisch; E=Erdnüsse; F=Soja; G=Laktose; Schalenfrüchte: H1=Mandeln, H2=Haselnüsse; H3=Walnüsse; H4=Cashewnüsse; H5=Pekannüsse; H6=Paranüsse; H7=Pistazien; H8=Macadamianüsse; H9=Queenslandnüsse; 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; 9=Formfleisch; 10=enthält Alkohol</p>				
Sonntag, 07.02.2021	Kasslerlachs⁽³⁾ mit Bratensauce, dazu Schwarzwurzelgemüse und Petersilienkartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 54,4 KH* A1,F,G,I	Schweinebraten mit Bratensauce, dazu Schwarzwurzelgemüse und Petersilienkartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 54,7 KH* A1,G,I	Gefüllte Zucchini mit Gemüsefüllung und Mozzarella überbacken, dazu Tomatensauce und Butterreis, Dessert 83,7 KH* A1,C,F,G,I	Hausgemachte Rinderroulade mit deftiger Sauce, dazu Rosenkohl und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 64,0 KH* A1,I,J	<p>Änderungen vorbehalten! Nährwertangaben entnehmen Sie bitte unserer Internetseite: www.frisch-menü.de</p> <p>EU-Zulassungs-Nr. HE 30376 * Kohlenhydrat-Berechnung (KH) bezieht sich auf das Menü ohne Dessert in Gramm (g).</p>				

Wir wünschen guten Appetit!



Bestelltelefon Mo. – Fr.: von 7:00 bis 15:00 Uhr
0800/750 66 66
 Gebührenfrei aus dem deutschen Festnetz.