

MENÜPLAN 06.06. bis 12.06.2022 | 23. Woche

! Wir wünschen ein Frohes Pfingsten!

	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Vegetarisch	Extra Menü	Kaltmenü	Salat	Beilagen-Salat	Nachtisch
Montag, 06.06.2022	Feiertag Pfingstmontag	Ungarische Gulaschsuppe mit Rindfleisch, Paprika, Zwiebeln, Pilzen und Kartoffelwürfeln ⁽⁶⁾ , dazu 1 Brötchen, Dessert 69,6 KH* A1, F, I	TIPP Schweinebraten auf deftigem Wirsinggemüse, dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 48,5 KH* A1, G, I	Gemüseplatte „Gärtnerin“ verschiedenes Gemüse überzogen mit Sauce Hollandaise, dazu Kartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 57,2 KH* A1, G, I	Rinderbraten mit Rahmsauce, dazu Rosenkohl ⁽³⁾ und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 60,6 KH* A1, G, I	—	—	—	—
Dienstag, 07.06.2022	Eierpfannkuchen mit heißer Vanillesauce, dazu 1 Portion Nougatcreme 104,2 KH* A1, C, F, G, H2	TIPP Gebratene Bauernwurst⁽²⁺⁷⁾ mit Grünkohl ⁽³⁾ und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ 54,5 KH* A1, I	Hähnchenbrustfilet in feiner Sauce, dazu Möhrengemüse und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 58,9 KH* A1, G, I	Bandnudeln mit Blattspinat in Käsecremesauce, dazu Eisbergsalat mit Dressing 80,6 KH* A1, C, F, G, I, J	Schweinelachs-schnitzel in Parmesan-Eihülle auf Tomatenspaghetti, dazu Eisbergsalat mit Dressing, Dessert 83,2 KH* A1, C, F, G, I, J	Schwarzwälder Quarkpokal mit Vanillequark, Sauerkirschen und Schokostreuseln 89,9 KH* G	Salat „Italia“ Mozzarella-Kügelchen und schwarze Oliven auf frischen Salaten der Saison, dazu Balsamico-Dressing, Brötchen 53,2 KH* A1, C, G, I, J	Eisbergsalat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C, G, J	Apfelkuchen 34,2 KH* A1, C, G, H2, H3
Mittwoch, 08.06.2022	Weckwerk mit Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Gewürzgurken (extra verpackt), Dessert 51,4 KH* A1	Hühnerfrikassee in Holländischer Sauce, mit Spargelstücken, dazu bunter Reis, 1 Apfel ⁽⁸⁾ 67,6 KH* A1, C, F, G, I	TIPP Rostbratwurst⁽²⁺⁷⁾ auf Mischgemüse, dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ 62,3 KH* A1, G, I, J	Gemüsebolognese mit Vollkornspiralen, Dessert 89,8 KH* A1, F, G, I	TIPP Hausgemachte Rinderroulade mit deftiger Sauce, dazu Rotkohl ⁽⁴⁾ und 2 große Thüringer Klöße, Dessert 64,8 KH* A1, I, J	Paniertes Schweineschnitzel mit Krautsalat ⁽²⁺⁴⁾ und Senf, dazu Brötchen und Butter 71,0 KH* A1, C, G, J	Salat „Italia“ Mozzarella-Kügelchen und schwarze Oliven auf frischen Salaten der Saison, dazu Balsamico-Dressing, Brötchen 53,2 KH* A1, C, G, I, J	Mixsalat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C, G, J	Leckere Nussecke 54,9 KH* A1, C, F, G, H1, H2, K
Donnerstag, 09.06.2022	Pichelsteiner Gemüsetopf mit Fleischklößchen und verschiedenem Gemüse, Dessert 35,3 KH* A1, C, F, I	Gehacktesbällchen auf Tomaten-Zucchini-Gemüse, dazu Kartoffelpüree 68,5 KH* A1, C, G, I, J	Hausgemachte Rinderhackpfanne mit roten Bohnen und Paprika, dazu Butterreis, Dessert 72,5 KH* A1, F, I	TIPP Grüne Sauce mit gekochten Eiern, dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ (getrennt verpackt), Obst ⁽⁸⁾ 43,7 KH* A1, C, G, J	Lachsfilet⁽⁵⁾ in Weißweinsauce ⁽¹⁰⁾ mit Gemüsestreifen, dazu Bandnudeln und Eisbergsalat mit Dressing, Dessert 71,5 KH* A1, C, D, G, J	Hausmacher Sülze in Essig-/Öl-Dressing, mit Zwiebelringen und Kartoffelsalat ⁽²⁺⁴⁾ 33,0 KH* C, J	Salat „Italia“ Mozzarella-Kügelchen und schwarze Oliven auf frischen Salaten der Saison, dazu Balsamico-Dressing, Brötchen 53,2 KH* A1, C, G, I, J	Eisbergsalat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C, G, J	Käsekuchen 35,0 KH* A1, C, G
Freitag, 10.06.2022	Spaghetti mit Tomaten-Thunfischsauce und Erbsen 72,6 KH* A1, D, G, I	Chinapfanne Hähnchenbruststreifen auf süß-/saurer Gemüse, dazu Basmatireis, Dessert 70,2 KH* F, I	Geflügelbällchen mit Chilli-Cheese-Füllung (scharf), dazu Tomatencreme und Langkornteis 107,7 KH* A1, C, G, I, J	Tortellini „Verdura“ Gemüsetortellini (Karotte, Sellerie, Spinat) in leckerer Tomatensauce 107,7 KH* A1, G, I	1/2 Grillhähnchen mit kleiner Salatplatte (Kraut ⁽²⁺⁴⁾ -/Kartoffelsalat ⁽²⁺⁴⁾), Dessert 28,2 KH* C, J	Krabbencocktail⁽²⁾ mit Champignons und Spargel, dazu Brötchen und Butter 48,5 KH* A1, B, C, G, J	Salat „Italia“ Mozzarella-Kügelchen und schwarze Oliven auf frischen Salaten der Saison, dazu Balsamico-Dressing, Brötchen 53,2 KH* A1, C, G, I, J	Mixsalat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C, G, J	Mandarinen-Sahneschnitte 26,2 KH* A1, C, G

Wir wünschen guten Appetit!



Samstag, 11.06.2022

Gebratene Gehacktesklößchen
in Holländischer Sauce auf Spargelgemüse, dazu Petersilienkartoffeln⁽⁶⁾, Dessert
55,9 KH* A1, C, G, I, J

Weißer Bohneneintopf
mit Rauchfleischwürfeln⁽³⁾ und Zwiebeln, dazu 1 Brötchen, Dessert
81,8 KH* A1, F, I

Frühlingsrolle
mit süß-/saurer Sauce, dazu Butterreis und Eisbergsalat mit Dressing, Dessert
92,4 KH* A1, C, F, G, I, J

Sauerbraten vom Jungbullen
mit deftiger Sauce, dazu Rotkohl⁽⁴⁾ und 2 große Thüringer Klöße, Dessert
68,4 KH* A1, F, I

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).

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

Sonntag, 12.06.2022

Frikadelle
mit Rahmsauce, dazu Rosenkohl⁽³⁾ und Salzkartoffeln⁽⁶⁾, Dessert
52,1 KH* A1, C, F, I

Hähnchenbrustfilet
mit Rahmsauce, dazu Rosenkohl⁽³⁾ und Salzkartoffeln⁽⁶⁾, Dessert
51,3 KH* A1, F, G, I

Gemüsebratling
mit Sauce Hollandaise und Kartoffelpüree, dazu Eisbergsalat mit Dressing, Dessert
82,3 KH* A1, C, F, G, I, J

Hähncheninnenfilets
mit Sauce Hollandaise, dazu Möhrengemüse und Salzkartoffeln⁽⁶⁾, Dessert
39,4 KH* A1, C, G, I