

# MENÜPLAN 13.06. bis 19.06.2022 | 24. Woche

	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Vegetarisch	Extra Menü	Kaltmenü	Salat	Beilagen-Salat	Nachtisch
<b>Montag, 13.06.2022</b>	<b>TIPP</b> Altdeutsche Graupensuppe mit Krakauer Würstchen <sup>(2)</sup> und feinem Gemüse 84,2 KH* A1, F, I, J	<b>Gegrillter Schweinekamm</b> auf Schnittbohnen Gemüse, dazu Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert 42,2 KH* A1, G, I, J	<b>Geflügelpfanne</b> Hähnchenbruststreifen in Sahnesauce mit Brokkoli und Champignons, dazu Butterreis 72,2 KH* A1, F, G, I	<b>Blumenkohlaufauf</b> Blumenkohl mit Käse <sup>(1+2)</sup> überbacken, dazu Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> 68,4 KH* A1, C, G, I	<b>Grillteller „Balkan“</b> mit Bratwürstchen <sup>(2+7)</sup> , Cevapcici und Spießbraten, dazu Pustasauce und Djuvecreis, Dessert 76,0 KH* A1, C, F, I, J	<b>Gegrillter Gyros-Braten</b> auf Krautsalat <sup>(2+4)</sup> , dazu Brötchen und Butter 54,8 KH* A1, G, J	<b>Thunfischsalat</b> Thunfisch auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing, Brötchen 41,4 KH* A1, C, D, G, J	<b>Mixsalat</b> mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C, G, J	<b>Bienenstich-Schnitte</b> 27,0 KH* A1,C,G,H1
<b>Dienstag, 14.06.2022</b>	<b>Schlemmerpfanne vom Schwein</b> mit Paprikawürfeln, Mais und Spiralnudeln, Dessert 80,7 KH* A1, F, I	<b>TIPP</b> Leckeres Krautfleisch Gehacktes mit Weißkohl, Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> 63,2 KH* A1, G, I	<b>Gegrillte Hähnchenkeule</b> in Geflügelsauce, dazu Mischgemüse und Kartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert 70,0 KH* A1, G, I	<b>„Ricotta Spinaci“</b> Tortellini mit Spinat- u. Frischkäsefüllung, dazu Tomatencreme und Eisbergsalat mit Dressing 95,6 KH* A1, C, F, G, I, J	<b>Schnitzel à la Creme</b> mit Rahmchampignons, dazu Röstitaler und Krautsalat <sup>(2+4)</sup> , Dessert 83,0 KH* A1, G, I	<b>Bunter Eiersalat</b> mit gekochtem Schinken, dazu Brötchen und Butter 43,9 KH* A1, C, G, J	<b>Thunfischsalat</b> Thunfisch auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing, Brötchen 41,4 KH* A1, C, D, G, J	<b>Kraut-salat<sup>(2+4)</sup></b> 12,6 KH*	<b>Erdbeer-kuchen</b> 40,6 KH* A1,C,G
<b>Mittwoch, 15.06.2022</b>	<b>Thüringer Linseneintopf</b> mit Rotwurst <sup>(2)</sup> , Wiener Würstchen <sup>(2+6)</sup> , Speck <sup>(3)</sup> und Zwiebeln, dazu 1 Brötchen 89,5 KH* A1, F, G, I, J	<b>Schweine-geschnetzeltes</b> in Rahmsauce mit Champignons, dazu Spiralnudeln 70,4 KH* A1, F, G, I	<b>Kalbfleischbällchen</b> in Rahmsauce mit buntem Gemüse und Kartoffelpüree 63,9 KH* A1, C, G, I, J	<b>Bunter Paprikatopf</b> Paprikastreifen in rahmiger Tomatencreme, dazu Vollkornnudeln, Dessert 88,8 KH* A1, F, G, I	<b>Fischfiletstreifen im Backteig<sup>(5)</sup></b> mit Sauce Hollandaise und Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu Eisbergsalat mit Dressing, Dessert 62,5 KH* A1, C, D, G, I, J	<b>Paniertes Schweineschnitzel</b> mit Nudelsalat <sup>(2)</sup> , Salatgarnitur und Senf 76,1 KH* A1, C, G, J	<b>Thunfischsalat</b> Thunfisch auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing, Brötchen 41,4 KH* A1, C, D, G, J	<b>Eisberg-salat</b> mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C, G, J	<b>Ameri-kaner</b> mit Zucker-guss 67,5 KH* A1,C,F,G,H1,K
<b>Donnerstag, 16.06.2022</b>	<b>Feiertag Fronleichnam</b>	<b>Frikadelle</b> in Zwiebelsauce mit mexikanischem Gemüse (Bohnen, Karotten, Mais, Paprika und Erbsen), Kartoffelpüree, Dessert 70,5 KH* A, C, G, I	<b>TIPP</b> Spätzle mit Gemüse-Kräuterrahmsauce (Erbsen, Möhren, Brokkoli, Champignons), Dessert 63,8 KH* A1, C, G, I	<b>Eieromelett</b> auf Rahmchampignons, dazu Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert 42,4 KH* A1, C, G, I	<b>TIPP</b> Hirschragout in Wacholderrahmsauce, dazu Apfelrotkohl <sup>(4)</sup> und frische Kartoffelklöße, Dessert 64,3 KH* A1, G, I	<b>Feiertag Fronleichnam</b>	—	—	—
<b>Freitag, 17.06.2022</b>	<b>Jägerschwein vom Schwein</b> mit Champignons und Kräutern, dazu Kartoffelklöße und Selleriesalat mit Saurer Sahne 93,4 KH* A1, G, I	<b>Matjesfilet „Hausfrauen Art“<sup>(5)</sup></b> pikante Tunke mit Äpfeln, Zwiebeln, Gurken und Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> (getrennt verpackt), Dessert 53,0 KH* C, D, G, J	<b>Mildes Hähnchencurry</b> mit Gemüwestreifen und Basmatireis 64,8 KH* A1, F, G, I	<b>TIPP</b> Apfelstrudel <sup>(6)</sup> mit warmer Vanillesauce 102,6 KH* A1, C, G	<b>Frankfurter Rippchen</b> mit Sauerkraut <sup>(3)</sup> und Zwiebelpüree, dazu Senf, Dessert 44,3 KH* G, I, J	<b>Hausmacher Fleischsalat</b> mit 2 halben Eiern, dazu Brötchen und Butter 39,6 KH* A1, C, G, J	<b>Thunfischsalat</b> Thunfisch auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing, Brötchen 41,4 KH* A1, C, D, G, J	<b>Sellerie-salat</b> mit Saure-Sahne 4,3 KH* G	<b>Schwärz-wälder-Kirsch-Schnitte<sup>(10)</sup></b> 29,3 KH* A1,C,G
<b>Samstag, 18.06.2022</b>	<b>Kasseler<sup>(3)</sup></b> auf Wirsinggemüse <sup>(3)</sup> , dazu Kartoffelpüree, Dessert 46,2 KH* A1, G, I	<b>Soljanka<sup>(2,3+4)</sup></b> deftige Suppe mit Jagd-wurst <sup>(2+3)</sup> , Paprika u. Gurke <sup>(4)</sup> , dazu 1 Brötchen, Dessert 33,6 KH* A1, G, I, J	<b>Vegetarische Kohlroulade</b> mit heller Kräutersauce, dazu Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert 50,4 KH* A1, C, F, G, I	<b>Kaninchenkeule</b> mit Rahmsauce, dazu Schwarzwurzelgemüse und Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert 50,9 KH* A1, F, G, I, J	Die Menüs werden am Tag der Auslieferung frisch gekocht und sind zum <b>sofortigen Verzehr</b> bestimmt. Die TK-Auslieferung erfolgt ohne Salatbeilage. <b>Allergene:</b> Gluten: A1=Weizen; A2=Roggen; A3=Gerste; A4=Hafer; B=Krebstiere; C=Eier; D=Fisch; E=Erdnüsse; F=Soja; G=Laktose; Schalen-früchte: 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 <b>Zusatzstoffe:</b> 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 <b>Änderungen vorbehalten!</b> Nährwertangaben entnehmen Sie bitte unserer Internetseite: <a href="http://www.frisch-menü.de">www.frisch-menü.de</a> EU-Zulassungs-Nr. HE 30376 * Kohlenhydrat-Berechnung (KH) bezieht sich auf das Menü ohne Dessert in Gramm (g).				
<b>Sonntag, 19.06.2022</b>	<b>Geflügelhackbraten</b> mit Sauce, dazu Erbsengemüse und Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert 70,8 KH* A1, C, G, I, J	<b>TIPP</b> Rahmgulasch vom Rind mit Erbsengemüse, dazu Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert 77,7 KH* A1, F, G, I	<b>Gemüse-Knusper-Frikadelle</b> mit Holländischer Sauce, dazu Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert 76,4 KH* A1, C, G, I	<b>Herzhafter Krustenbraten</b> in deftiger Sauce, dazu Thüringer Klöße und Eisbergsalat mit Dressing, Dessert 86,6 KH* A1, C, G, I, J					

Wir wünschen guten Appetit!



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