

MENÜPLAN

27.06. bis 03.07.2022 | 26. Woche

! Bitte beachten Sie **diese Woche** unsere **Fischwoche** auf dem **Extra-Menü!**

| | Menü 1 | Menü 2 | Menü 3 | Vegetarisch | Extra Menü | Kaltmenü | Salat | Beilagen-Salat | Nachtisch |
|-------------------------------|---|--|--|---|--|---|--|--|---|
| Montag, 27.06.2022 | TIPP Frischer Schnittbohneintopf ⁽³⁾ mit Schweinefleisch, Karottenwürfeln und Gartenkräutern 39,3 KH* A1, F, I | Cevapcici mit Tomatensauce, dazu Gemüserais, Dessert 75,0 KH* A1, C, F, G, I | Fleischkäse⁽²⁾ mit Sauce, dazu Apfelrotkohl ⁽⁴⁾ und Kartoffelpüree, Dessert 46,9 KH* A1, G, I | Mediterranes Gemüse in rahmiger Tomatencreme mit Champignons, Paprika, Zucchini und Möhren, dazu grüne Bandnudeln, Dessert 81,8 KH* A1, F, G, I | Gebratenes Seehechtfilet⁽⁵⁾ auf mediterranem Gemüse, dazu Provenzalische Drillinge, leckerem Dessert 41,4 KH* 10,75 € A1,A3,D,L | Gegrillter Gyros-Braten auf Krautsalat ⁽²⁺⁴⁾ , dazu Brötchen und Butter 65,4 KH* A1, G, J | Chefsalat gekochter Schinken und Goudawürfel ⁽¹⁺²⁾ , auf frischen Salaten der Saison, dazu American-Dressing, Brötchen 41,2 KH* A1, C, G, J | Mixsalat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C, G, J | Himbeer-Sahne-schnitte 38,8 KH* A1,C,G |
| Dienstag, 28.06.2022 | Chili con Carne Rindfleisch mit roten Bohnen, dazu Butterreis, Dessert 77,0 KH* A1, F, I | Grießbrei mit Zucker und Zimt, dazu Pfirsichkompott 98,0 KH* A1, G | TIPP Kleine Frikadellen mit Champignonrahmsauce, dazu Kartoffelpüree, Dessert 44,3 KH* A1, C, G, I, J | Frühlingsrolle mit süß/saurer Sauce, dazu Vollkornreis und gemischter Salat mit Dressing 95,9 KH* A1, C, F, G, I, J | Wildlachsfilet⁽⁵⁾ in Krabbensauce dazu Basmati-Wildreis u. Eisbergsalat mit Dressing, leckerem Dessert 68,0 KH* 10,75 € A1,B,D,G,I | Geflügelsalat mit Spargelstücken, Ananas und Champignons, dazu 1 Brötchen 41,6 KH* A1, C, G, J | Chefsalat gekochter Schinken und Goudawürfel ⁽¹⁺²⁾ , auf frischen Salaten der Saison, dazu American-Dressing, Brötchen 41,2 KH* A1, C, G, J | Mixsalat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C, G, J | Urkorn-Heidelbeer-Himbeerkuchen 32,0 KH* A1,C,G |
| Mittwoch, 29.06.2022 | Weckwerk⁽²⁾ mit Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Gewürzgurken (getrennt verpackt), Dessert 51,4 KH* A1 | TIPP Deftiger Würstgulasch ⁽²⁾ mit Butternudeln, dazu gemischter Salat mit Dressing 90,6 KH* A1, C, F, G, I, J | Bunte Reispfanne mit versch. Gemüse (Paprika, Tomaten, Bohnen) und Hähnchenbrustwürfel 78,0 KH* F | Rührei auf Rahmspinat, dazu Kartoffelpüree, Dessert 44,9 KH* A1, C, F, G, I | Reispfanne „Spanische Art“ mit Alaska-Seelachs ⁽⁵⁾ , Gamelen, Muschelfleisch, zarter Hähnchenbrust, dazu gem. Salat mit Dressing, leckerem Apfel-Streuselkuchen 98,3 KH* 10,75€ B,C,D,G,J,L,N | Quarkpokal „Birne Helene“ Schokoquark mit Birnen, überzogen mit Vanillesauce 102,2 KH* G | Chefsalat gekochter Schinken und Goudawürfel ⁽¹⁺²⁾ , auf frischen Salaten der Saison, dazu American-Dressing, Brötchen 41,2 KH* A1, C, G, J | Mixsalat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C, G, J | Apfel-Streuselkuchen 50,8 KH* A1,C,G |
| Donnerstag, 30.06.2022 | TIPP Veg. Möhren-Kohlrabi-Eintopf dazu 1 Brötchen, Dessert 57,2 KH* A1, I | Rostbratwurst⁽²⁺⁷⁾ auf Sauerkraut ⁽³⁾ , dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ und Senf 40,7 KH* A1, G, I, J | Hähnchenschnitte „Cordon bleu“ mit Schinken und Käse gefüllt, Sauce, Erbsengemüse und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 65,3 KH* A1, G, I | Penne-Nudeln in Gemüse-Sahne-Sauce, dazu Eisbergsalat mit Dressing 93,0 KH* A1, C, G, I, J | Kabeljau⁽⁵⁾ in Senf-Dillsauce dazu Butterkartoffelchen und Bohnensalat, leckerem Dessert 51,9 KH* 10,75 € A1,D,G,I,J | Paniertes Schweineschnitzel mit Kartoffelsalat ⁽²⁺⁴⁾ , Salatgarnitur und Senf 48,5 KH* A1, C, J | Chefsalat gekochter Schinken und Goudawürfel ⁽¹⁺²⁾ , auf frischen Salaten der Saison, dazu American-Dressing, Brötchen 41,2 KH* A1, C, G, J | Eisberg-salat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C, G, J | Zwetschgen-Streuselkuchen 39,0 KH* A1,C,G |
| Freitag, 01.07.2022 | Hackfleischpfanne (Schwein) mit Mais, Möhren und Erbsen, dazu Butterreis, Dessert 72,5 KH* A1, F, I | Spaghetti mit Tomaten-Thunfischsauce und Erbsen 72,6 KH* A1, D, G, I | TIPP Münchner Weißwürstchen ⁽²⁾ auf Sauerkraut ⁽³⁾ , dazu Kartoffelpüree und süßer Senf 50,0 KH* A1, C, G, L, F, J, I | Eierpfannkuchen natur mit warmen Kirschkompott 120,1 KH* A1, C, G | Paniertes Rotbarschfilet⁽⁵⁾ mit Remouladensauce, dazu Salzkartoffeln und Feldsalat mit Dressing, leckerem Dessert 52,1 KH* 10,75 € C,G,J | Hausmacher Sülze in Essig-/Öl-Dressing, mit Zwiebelringen und Kartoffelsalat ⁽²⁺⁴⁾ 33,0 KH* C, J | Chefsalat gekochter Schinken und Goudawürfel ⁽¹⁺²⁾ , auf frischen Salaten der Saison, dazu American-Dressing, Brötchen 41,2 KH* A1, C, G, J | Eisberg-salat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C, G, J | Apfel-Quitte-Sahne-schnitte 31,0 KH* A1,C,G |
| Samstag, 02.07.2022 | Kartoffeleintopf mit Wiener Würstchen ⁽²⁺⁶⁾ und feinem Gemüse, Dessert 45,4 KH* A1, F, G, I, J | Schweinebraten mit Sauce, dazu Bohnengemüse und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 59,0 KH* A1, G, I, J | Bunter Nudelauflauf mit verschiedenem Gemüse, überbacken mit Gouda ⁽¹⁺²⁾ , dazu gemischter Salat mit Dressing, Dessert 104,8 KH* A1, C, G, I, J | Rinderbraten mit deftigem Sauce, dazu Rotkohl ⁽⁴⁾ und 2 große Thüringer Klöße, Dessert 61,8 KH* A1, F, I | | | | | |
| Sonntag, 03.07.2022 | Schweinsteak in Rahmsauce, dazu Karottengemüse und Zwiebelpüree, Dessert 51,2 KH* A1, G, I | Kalbfleischbällchen in Rahmsauce, dazu Karottengemüse und Zwiebelpüree, Dessert 53,7 KH* A1, C, G, I, J | Veg. Schnitzel „Wiener Art“ mit Sauerrahmsauce, dazu Kartoffelpüree und Eisbergsalat mit Dressing, Dessert 73,4 KH* A1, C, F, G, I, J | Cordon bleu vom Schwein mit Bratensauce, dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ und Eisbergsalat mit Dressing, Dessert 72,4 KH* A1, C, G, I, J | | | | | |

Wir wünschen guten Appetit!



Die Menüs werden am Tag der Auslieferung frisch gekocht und sind zum **sofortigen Verzehr** bestimmt.
Die TK-Auslieferung erfolgt ohne Salatbeilage.
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

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.