

MENÜPLAN 01.08. bis 07.08.2022 | 31. Woche

	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Vegetarisch	Extra Menü	Kaltmenü	Salat	Beilagen-Salat	Nachtisch
Montag, 01.08.2022	Gefüllte Paprikaschote mit Hackfleischfüllung, dazu Tomatensauce und Salzkartoffeln ⁶ 57,8 KH* A1, C, F, G, I, J	Ungarische Gulaschsuppe mit Rindfleisch, Paprika, Zwiebeln, Pilzen u. Kartoffelwürfeln ⁶ , dazu 1 Brötchen 69,6 KH* A1, F, I	Kasseler Kamm³ auf deftigem Wirsinggemüse, dazu Salzkartoffeln ⁶ , Dessert 48,0 KH* A, G, I, L	Gemüseplatte „Gärtnerin“ verschiedenes Gemüse überzogen mit Sauce Hollandaise, dazu Kartoffeln ⁶ 57,2 KH* A1, G, I	Rinderbraten mit Rahmsauce, dazu Rosenkohl ³ und Salzkartoffeln ⁶ , Dessert 60,6 KH* A1, G, I	Brathering⁵ mit Zwiebelringen, dazu Kartoffelsalat ²⁺⁴ 43,0 KH* C, D, J	Salat „Caesar“ Hähnchenbruststreifen, Croûtons und gehobelter Parmesan auf frischem Salatmix, dazu American-Dressing, Brötchen 59,1 KH* A1, C, G, J	Mixsalat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C, G, J	Apfel-Quitte-Sahneschnitte 31,0 KH* A1,C,G
Dienstag, 02.08.2022	Weißer Bohneneintopf mit Rauchfleischwürfeln ³ und Zwiebeln, dazu 1 Brötchen 81,8 KH* A1, F, I	TIPP Gehacktes-bällchen auf Tomaten-Zucchini-Gemüse, dazu Kartoffelpüree 68,5 KH* A1, C, G, I, J	Hausgemachte Rinderhackpfanne mit roten Bohnen und Paprika, dazu Butterreis 72,5 KH* A1, F, I	Vanillemilchreis mit heißen Kirschen 123,3 KH* G	Lachsfilet⁽⁵⁾ in Weißweinsauce ¹⁰ mit Gemüsestreifen, dazu Bandnudeln und Eisbergsalat mit Dressing, Dessert 71,5 KH* A1, C, D, G, J	Paniertes Schweineschnitzel mit Krautsalat ²⁺⁴ und Senf, dazu Brötchen und Butter 71,0 KH* A1, C, G, J	Salat „Caesar“ Hähnchenbruststreifen, Croûtons und gehobelter Parmesan auf frischem Salatmix, dazu American-Dressing, Brötchen 59,1 KH* A1, C, G, J	Eisbergsalat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C, G, J	Zwetschgen-Streuselkuchen 39,0 KH* A1,C,G
Mittwoch, 03.08.2022	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 Currybratwurst²⁺⁷ mit Bratkartoffeln ⁶ , dazu Krautsalat ²⁺⁴ mit Schmand 94,6 KH* A1, G, I	Gemüsebolognese mit Vollkornspiralen, Dessert 89,8 KH* A1, F, G, I	TIPP Hausgemachte Rinderroulade mit deftigem Sauce, dazu Rotkohl ⁴ und 2 große Thüringer Klöße, Dessert 64,8 KH* A1, I, J	Hausmacher Sülze in Essig-/Öl-Dressing, mit Zwiebelringen und Kartoffelsalat ²⁺⁴ 33,0 KH* C, J	Salat „Caesar“ Hähnchenbruststreifen, Croûtons und gehobelter Parmesan auf frischem Salatmix, dazu American-Dressing, Brötchen 59,1 KH* A1, C, G, J	Krautsalat²⁺⁴ mit Schmand 13,6 KH* G	Puddingbrezel 55,3 KH* A1,C,F,G, H1,H2,K
Donnerstag, 04.08.2022	Pfannkuchen mit heißer Vanillesauce, dazu 1 Portion Nougatcreme 104,2 KH* A1, C, F, G, H2	Gebratene Bauernwurst²⁺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	Schweinelachsschnitzel 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 Schokostreusel 89,9 KH* G	Salat „Caesar“ Hähnchenbruststreifen, Croûtons und gehobelter Parmesan auf frischem Salatmix, dazu American-Dressing, Brötchen 59,1 KH* A1, C, G, J	Eisbergsalat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C, G, J	Schoko-Kirschkuchen 39,6 KH* A1,C,G,H2
Freitag, 05.08.2022	TIPP Spaghetti mit Tomaten-Thunfischsauce und Erbsen 72,6 KH* A1, D, G, I	Chinapfanne Hähnchenbruststreifen auf süß-/sauerem Gemüse, dazu Basmatireis, Dessert 70,2 KH* F, I	Rahmgulasch vom Schwein mit Pariser Karotten und Thüringer Klöße 50,9 KH* A1, F, G, I	Tortellini „Verdura“ Gemüsetortellini (Karotte, Sellerie, Spinat) in leckerer Tomatensauce 107,7 KH* A1, G, I	TIPP 1/2 Grillhähnchen mit kleiner Salatplatte (Kraut ²⁺⁴ /Kartoffelsalat ²⁺⁴), Dessert 28,2 KH* C, J	Krabbencocktail² mit Champignons und Spargel, dazu Brötchen und Butter 48,5 KH* A1, B, C, G, J	Salat „Caesar“ Hähnchenbruststreifen, Croûtons und gehobelter Parmesan auf frischem Salatmix, dazu American-Dressing, Brötchen 59,1 KH* A1, C, G, J	Mixsalat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C, G, J	Russischer Zupfkuchen 46,5 KH* A1,C,G

Wir wünschen guten Appetit!



Samstag, 06.08.2022
Gebratene Gehacktesklößchen
in Holländischer Sauce auf Spargelgemüse, dazu Petersilienkartoffeln⁶, Dessert
55,9 KH* A1, C, G, I, J

Pichelsteiner Gemüsetopf
mit Fleischklößchen und verschiedenem Gemüse, Dessert
35,3 KH* A1, C, 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 deftigem Sauce, dazu Rotkohl⁴ und 2 große Thüringer Klöße, Dessert
68,4 KH* A1, F, I

Sonntag, 07.08.2022
Frikadelle
mit Rahmsauce, dazu Rosenkohl³ und Salzkartoffeln⁶, Dessert
52,1 KH* A1, C, F, I

Hähnchenbrustfilet
mit Rahmsauce, dazu Rosenkohl³ und Salzkartoffeln⁶, 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 Salzkartoffeln⁶, Dessert
39,4 KH* A1, C, G, I

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.