

MENÜPLAN 08.08. bis 14.08.2022 | 32. Woche

	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Vegetarisch	Extra Menü	Kaltmenü	Salat	Beilagen-Salat	Nachtisch
Montag, 08.08.2022	TIPP Brechbohne- eintopf mit Wiener Würstchen ²⁺⁶ und Kartoffelstücken ⁶ , dazu 1 Brötchen 68,7 KH* A1, F, I, J	Gegrillter Schweine- kamm auf Schnittbohnen-gemüse, dazu Salzkartoffeln ⁶ , Dessert 42,2 KH* A1, G, I, J	Geflügelpfanne Hähnchenbruststreifen in Sahnesauce mit Brokkoli und Champignons, dazu Butterreis 72,2 KH* A1, F, G, I	TIPP Blumenkohl- auflauf Blumenkohl mit Käse ¹⁺² über- backen, dazu Salzkartoffeln ⁶ , Dessert 68,4 KH* A1, C, G, I	Grillteller „Balkan“ mit Bratwürstchen ²⁺⁷ , Cevapcici und Spießbraten, dazu Pustasauce und Djuvecreis, Dessert 76,0 KH* A1, C, F, I, J	Gegrillter Gyros- Braten auf Krautsalat ²⁺⁴ , dazu Brötchen und Butter 54,8 KH* A1, G, J	Thunfischsalat Thunfisch auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm- Dressing, Brötchen 41,4 KH* A1, C, D, G, J	Mixsalat mit Sauerrahm- Dressing 7,9 KH* C, G, J	Mohn- Streusel- kuchen 47,6 KH* A1, C, G
Dienstag, 09.08.2022	Schlemmerpfanne vom Schwein mit Paprikawürfeln, Mais und Spiralnudeln, Dessert 80,7 KH* A1, F, I	Leckeres Krautfleisch Gehacktes mit Weißkohl, Salzkartoffeln ⁶ 63,2 KH* A1, G, I	Gegrillte Hähnchenkeule in Geflügelsauce, dazu Mischgemüse und Kartoffeln ⁶ 70,0 KH* A1, G, I	„Ricotta Spinaci“ Tortellini mit Spinat- u. Frischkäsefüllung, dazu Tomatencreme und Eisberg- salat mit Dressing 95,6 KH* A1, C, F, G, I, J	Schnitzel à la Creme mit Rahmchampignons, dazu Röstitaler und Krautsalat ²⁺⁴ , Dessert 83,0 KH* A1, G, I	Bunter Eiersalat mit gekochtem Schinken, dazu Brötchen und Butter 43,9 KH* A1, C, G, J	Thunfischsalat Thunfisch auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm- Dressing, Brötchen 41,4 KH* A1, C, D, G, J	Kraut- salat²⁺⁴ 12,6 KH*	Apfel- kuchen 34,2 KH* A,C,G,H2, H3
Mittwoch, 10.08.2022	Penne Nudeln mit Rindfleisch-Kräuter-Sauce, dazu geriebener Hartkäse ¹⁺² , Dessert 84,2 KH* A1, F, G, I	Frikadelle in Zwiebelsauce mit mexika- nischem Gemüse (Bohnen, Karotten, Mais, Paprika und Erbsen), Kartoffelpüree 70,5 KH* A, C, G, I	Spätzle mit Gemüse-Kräuterrahm- sauce (Erbsen, Möhren, Brokkoli, Champignons), Dessert 63,8 KH* A1, C, G, I	Eieromelett auf Rahmchampignons, dazu Salzkartoffeln ⁶ 42,4 KH* A1, C, G, I	Hirschragout in Wacholderrahmsauce, dazu Apfelrotkohl ⁴ und frische Kartoffelklöße, Dessert 64,3 KH* A1, G, I	Fruchtpokal „Jogger Becher“ Sahnequark mit Früchten, Schokoraspeln und Bircher Müsli 80,4 KH* A1, G, H2, H3	Thunfischsalat Thunfisch auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm- Dressing, Brötchen 41,4 KH* A1, C, D, G, J	Mixsalat mit Sauerrahm- Dressing 7,9 KH* C, G, J	Leckere Nuss- ecke 54,9 KH* A1,C,F,G, H1,H2,K
Donnerstag, 11.08.2022	Soljanka^{2,3+4} deftige Suppe mit Jagd- wurst ²⁺³ , Paprika u. Gurke ⁴ , dazu 1 Brötchen 33,6 KH* A1, G, I, J	Schweine- geschnetzeltes in Rahmsauce mit Champig- nons, dazu Spiralnudeln 70,4 KH* A1, F, G, I	TIPP Kalbfleisch- bällchen in Rahmsauce mit buntem Gemüse und Kartoffelpüree 63,9 KH* A1, C, G, I, J	Bunter Paprikatopf Paprikastreifen in rahmiger Tomatencreme, dazu Vollkornnudeln, Dessert 88,8 KH* A1, F, G, I	Fischfiletstreifen im Backteig⁵ mit Sauce Hollandaise und Salzkartoffeln ⁶ , dazu Eisberg- salat mit Dressing, Dessert 62,5 KH* A1, C, D, G, I, J	Paniertes Schweine- schnittel mit Nudelsalat ² , Salatgarnitur und Senf 76,1 KH* A1, C, G, J	Thunfischsalat Thunfisch auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm- Dressing, Brötchen 41,4 KH* A1, C, D, G, J	Eisberg- salat mit Sauerrahm- Dressing 7,9 KH* C, G, J	Käse- kuchen 35,0 KH* A1,C,G
Freitag, 12.08.2022	Matjesfilet „Hausfrauen Art“⁵ pikante Tunke mit Äpfeln, Zwiebeln, Gurken und Salzkartoffeln ⁶ (getrennt verpackt) 53,0 KH* C, D, G, J	Jägersulasch vom Schwein mit Champignons und Kräutern, dazu Kartoffelklöße und Selleriesalat mit saurer Sahne 93,4 KH* A1, G, I	Mildes Hähnchencurry mit Gemüsestreifen und Basmatireis 64,8 KH* A1, F, G, I	Apfelstrudel⁶ mit warmer Vanillesauce, Obst ⁸ 102,6 KH* A1, C, G	Frankfurter Rippchen mit Sauerkraut ³ und Zwiebelpüree, dazu Senf, Dessert 44,3 KH* G, I, J	Hausmacher Fleischsalat mit 2 halben Eiern, dazu Brötchen und Butter 39,6 KH* A1, C, G, J	Thunfischsalat Thunfisch auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm- Dressing, Brötchen 41,4 KH* A1, C, D, G, J	Sellerie- salat mit saurer Sahne 4,3 KH* G	Manda- rinen- Sahne- schnitte 26,2 KH* A1,C,G

Wir wünschen
guten Appetit!



Samstag, 13.08.2022	Kasseler³ auf Wirsinggemüse ³ , dazu Kartoffelpüree, Dessert 46,2 KH* A1, G, I	Möhreneintopf mit Fleischwurstwürfeln ² , Kartoffeln ⁶ und Garten- kräutern, Dessert 43,5 KH* A1, F, G, I, J	Schupfnudel-Gemüse- pfanne in Butter gebraten, dazu Sahnesauce, Dessert 75,8 KH* A1, C, F, G, I	TIPP Kaninchenkeule mit Rahmsauce, dazu Schwarzwurzelgemüse und Salzkartoffeln ⁶ , Dessert 50,9 KH* A1, F, G, I, J	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).
Sonntag, 14.08.2022	Geflügelhackbraten mit Sauce, dazu Erbsenge- müse und Salzkartoffeln ⁶ , Dessert 70,8 KH* A1, C, G, I, J	Rahmgulasch vom Rind mit Erbsengemüse dazu Salzkartoffeln ⁶ , Dessert 77,7 KH* A1, F, G, I	Gemüse-Knusper- Frikadelle mit Holländischer Sauce, dazu Salzkartoffeln ⁶ , Dessert 76,4 KH* A1, C, G, I	Herzhafter Krustenbraten in deftiger Sauce, dazu Thü- ringer Klöße und Eisbergsalat mit Dressing, Dessert 86,6 KH* A1, C, G, I, J	Allergene: 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 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		

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