

MENÜPLAN 15.08. bis 21.08.2022 | 33. Woche

	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Vegetarisch	Extra Menü	Kaltmenü	Salat	Beilagen-Salat	Nachtisch
Montag, 15.08.2022	Geflügelrikadellenbällchen auf Rahmkohlrabi, dazu Kartoffelpüree 53,7 KH* A1, C, G, I, J	Bratwurst²⁺⁷ auf Sauerkraut ³ , dazu Bratkartoffeln ⁶ und Senf 61,1 KH* G, I, J	Hackfleisch-Käselauchsuppe verfeinert mit Schmelzkäse ¹⁺² , dazu 1 Brötchen, Dessert 62,0 KH* A1, G, I	TIPP Vegetarische Paprikaschote mit Tomatensauce, dazu Reis, Dessert 88,6 KH* A1, C, F, I, J	Geflügelroulade mit Sauce Hollandaise und Brokkoli, dazu Salzkartoffeln ⁶ , Dessert 39,3 KH* A1, C, G, I, J	Paniertes Schweineschnitzel mit Kartoffelsalat ⁽²⁺⁴⁾ , Salatgarnitur und Senf 61,9 KH* A1, C, J	Salat „Sweet Dreams“ Hähnchenbruststreifen, Ananaswürfel, Mandarinspalten und Walnusskerne auf frischem Salatmix, dazu italienisches Dressing und Brötchen 37,6 KH* A1,C,G,I,J,H3	Mixsalat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C, G, J	Bienenstich-Schnitte 27,0 KH* A1,C,G,H1
Dienstag, 16.08.2022	Spaghetti „Carbonara“ Vollkornspaghetti mit feiner Käse-Sahnesauce und Schinkenwürfeln ² 90,8 KH* A1, F, G, I	Backfischhappen⁵ mit Kartoffelsalat ²⁺⁴ (kalt) (extra verpackt), dazu Ketchup ² , Dessert 59,9 KH* A1,C,D,F,G,I,J	Frikadelle „Puszta Art“ mit Paprikasauce, dazu Kartoffelpüree 60,2 KH* A1, C, G, I	Vegetarischer Möhreintopf mit frischer Petersilie und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu 1 Brötchen, Dessert 71,8 KH* A1, F, I	Schweinefilet mit Champignonrahmsauce, dazu Röstitaler und gemischter Salat mit Dressing, Dessert 50,0 KH* A1, C, F, G, I, J	Wurstsalat „Schweizer Art“² mit Emmentaler ¹⁺² , Gewürzgurken ² und Zwiebeln, dazu Brötchen und Butter 35,9 KH* A1, G, J	Salat „Sweet Dreams“ Hähnchenbruststreifen, Ananaswürfel, Mandarinspalten und Walnusskerne auf frischem Salatmix, dazu italienisches Dressing und Brötchen 37,6 KH* A1,C,G,I,J,H3	Mixsalat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C, G, J	Erdbeerkuchen 40,6 KH* A1,C,G
Mittwoch, 17.08.2022	TIPP Gekochte Eier in Senfsauce, dazu Petersilienkartoffeln ⁶ und Eisbergsalat mit Dressing 43,2 KH* A1, C, G, I, J	Geschmortes Schweinefleisch „Art Stroganoff“ mit Gewürzgurken und Champignons, dazu Senfrahmsauce und Salzkartoffeln ⁶ 47,3 KH* A1, F, G, I, J	Milchreis mit Zucker und Zimt, dazu Apfelmus 172,1 KH* G	Blumenkohl im Backteig dazu Salzkartoffeln ⁶ und Cocktail-Dip, Dessert 111,2 KH* A1, C, G, J	Schlemmerfilet⁵ „Italiano“ Fischfilet mit Auflage aus Tomatenwürfeln, Zwiebeln und Sauerrahm, dazu Salzkartoffeln ⁶ und Eisbergsalat mit Dressing, Dessert 54,7 KH* A1, C, D, G, J	Fruchtpokal „Sylt“ Sahnequark mit Beerencocktail und Vanillesauce ¹ 111,1 KH* G	Salat „Sweet Dreams“ Hähnchenbruststreifen, Ananaswürfel, Mandarinspalten und Walnusskerne auf frischem Salatmix, dazu italienisches Dressing und Brötchen 37,6 KH* A1,C,G,I,J,H3	Eisbergsalat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C, G, J	Amerikaner mit Zuckerguss 67,5 KH* A1,C,F,G,H1,K
Donnerstag, 18.08.2022	Hähnchenstreifen in Käsecremesauce, dazu buntes Gemüserisotto 77,5 KH* A1, F, G, I	Fleischkäse⁽²⁾ in Sauce, dazu Blumenkohl und Salzkartoffeln ⁶ 43,8 KH* A1, G, I	Szgediner Gulasch mit Paprika und Sauerkraut ² , dazu Kartoffelpüree, Dessert 45,3 KH* A1, F, G, I	Gemüse-Frikadelle (Kürbis-Steckrübe) mit Sesamkartoffeln ⁶ und Kräuter-Dip 46,3 KH* A1, G, K	TIPP Mozzarella-Schnitzel Schweineschnitzel mit Tomaten und Mozzarella überbacken, dazu Tomatenreis und Eisbergsalat mit Dressing, Dessert 86,9 KH* A1, C, F, G, J	Heringssalat⁵ mit Roter Bete, Äpfeln, Zwiebeln und Gurken, dazu Brötchen und Butter 51,3 KH* A1, C, D, G, I, J	Salat „Sweet Dreams“ Hähnchenbruststreifen, Ananaswürfel, Mandarinspalten und Walnusskerne auf frischem Salatmix, dazu italienisches Dressing und Brötchen 37,6 KH* A1,C,G,I,J,H3	Eisbergsalat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C, G, J	Kirsch-Sandkuchen 34,2 KH* A1,C,G,H2
Freitag, 19.08.2022	Paniertes Jägerschnitzel mit Sauce, dazu Kartoffeln ⁶ , und Krautsalat in saurer Sahne ²⁺⁴ 67,1 KH* A1, G, I	Nudelplatte „Verona“ mit Käsetortellini in Gorgonzolasauce und Penne Nudeln in Tomatensauce, Dessert 161,7 KH* A1, C, F, G, I	TIPP Schmackhaftes Fischfilet⁵ auf Blattspinat, dazu Salzkartoffeln ⁶ 46,8 KH* A1, D, G, I	Gebackener Camembert mit Preiselbeer-Rahmsauce und Basmatireis 83,0 KH* A1,G,I	Thüringer Rostbrätel Nackensteak mit Schwenkzwiebeln, dazu Bratkartoffeln ⁽⁶⁾ , u. Krautsalat in saurer Sahne, Dessert 64,8 KH* A3, C, G, J, L	Krabbencocktail² mit Champignons und Spargel, dazu Brötchen und Butter 20,1 KH* A1, B, C, G, J	Salat „Sweet Dreams“ Hähnchenbruststreifen, Ananaswürfel, Mandarinspalten und Walnusskerne auf frischem Salatmix, dazu italienisches Dressing und Brötchen 37,6 KH* A1,C,G,I,J,H3	Krautsalat in saurer Sahne ²⁺⁴ 13,6 KH* G	Schwarzwälder-Kirsch-Schnitte¹⁰ 29,3 KH* A1,C,G

Wir wünschen guten Appetit!

Samstag, 20.08.2022

Mettbällchen
auf Karottengemüse, dazu Salzkartoffeln⁶, Dessert
67,3 KH* A1, C, G, I, J

Deftiger Erbseneintopf
mit Wiener Würstchen²⁺⁶, und Zwiebeln, dazu 1 Brötchen, Dessert
88,6 KH* A1, F, G, I, J

Gemüsemaultaschen
mit Kräuterrahmsauce, dazu gemischter Salat mit Dressing, Dessert
69,1 KH* A1, C, G, I, J

Sauerbraten vom Rind
mit Sauce, dazu Apfelrotkohl⁴ und Kartoffelklöße, Dessert
68,3 KH* A1, F, I

Sonntag, 21.08.2022

Schweinebraten
mit Bratensauce, dazu Schwarzwurzelgemüse und Petersilienkartoffeln⁶, Dessert
54,7 KH* A1, G, I

Kasselerlachs³
mit Bratensauce, dazu Schwarzwurzelgemüse und Petersilienkartoffeln⁶, Dessert
54,4 KH* A1, F, G, I

Gefüllte Zucchini
mit Gemüsefüllung und Mozzarella überbacken, dazu Tomatensauce und Butterreis, Dessert
83,7 KH* A1, C, F, G, I

Hausgemachte Rinderroulade
mit deftiger Sauce, dazu Rosenkohl und Salzkartoffeln⁶, Dessert
64,0 KH* A1, I, J

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.