

MENÜPLAN 22.08. bis 28.08.2022 | 34. Woche

	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Vegetarisch	Extra Menü	Kaltmenü	Salat	Beilagen-Salat	Nachtisch
Montag, 22.08.2022	Veg. Möhren-Kohlrabi-Eintopf dazu 1 Brötchen, Dessert 57,2 KH* A1, I	TIPP Cevapcici mit Tomatensauce, dazu Gemüserais, Dessert 75,0 KH* A1, C, F, G, I	Fleischkäse² mit Sauce, dazu Apfelrotkohl ⁴ und Kartoffelpüree 46,9 KH* A1, G, I	Mediterranes Gemüse in rahmiger Tomatencreme mit Champignons, Paprika, Zucchini und Möhren, dazu grüne Bandnudeln 81,8 KH* A1, F, G, I	Große Bauernbratwurst²⁺⁷ auf Sauerkraut ³ , dazu Kartoffelpüree und Senf, Dessert 45,3 KH* G, I, J	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	Rhabarber-Erdbeerkuchen 40,0 KH* A1,C,G
Dienstag, 23.08.2022	Weckewerk² mit Salzkartoffeln ⁶ , dazu Gewürzgurken (getrennt verpackt) 51,4 KH* A1	Deftiger Wurstgulasch² 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 44,9 KH* A1, C, F, G, I	Schweizer-Schnitzel mit Schinken ³ und Tomaten belegt, überbacken mit Gouda ¹⁺² , dazu Rosmarinkartoffeln ⁶ , Dessert 71,2 KH* A1, G	Quarkpokal „Birne Helene“ Schookoquark 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
Mittwoch, 24.08.2022	Grießbrei mit Zucker und Zimt, dazu Pfirsichkompott 98,0 KH* A1, G	Chili con Carne Rindfleisch mit roten Bohnen, dazu Butterreis 77,0 KH* A1, F, I	Kleine Frikadellen mit Champignonrahmsauce, dazu Kartoffelpüree, Dessert 44,3 KH* A1, C, G, I, J	TIPP Gemüsebratling mit Schnittlauchsauce, dazu Vollkornreis, Dessert 57,9 KH* A1, G, I	Rotbarschilet⁵ gegrillt mit Zitronen-Meerrettichsauce, dazu Salzkartoffeln ⁶ und Feldsalat mit Dressing, Dessert 62,2 KH* A1, C, D, G, I, J	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	Feldsalat mit Dressing 7,9 KH* C, G, J	Mini-Schokodonuts 43,2 KH* A1,C,F,G
Donnerstag, 25.08.2022	Weißer Bohneneintopf mit Rauchfleischwürfeln ³ , Speck ³ und Zwiebeln, dazu 1 Brötchen 81,8 KH* A1, F, I	Rostbratwurst²⁺⁷ auf Sauerkraut ³ , dazu Salzkartoffeln ⁶ und Senf, Dessert 40,7 KH* A1, G, I, J	Hähnchenschnitte „Cordon bleu“ mit Schinken und Käse gefüllt, Sauce, Erbsengemüse und Salzkartoffeln ⁶ 65,3 KH* A1, G, I	Penne-Nudeln in Gemüse-Sahne-Sauce, dazu Eisbergsalat mit Dressing 93,0 KH* A1, C, G, I, J	Spanferkelbraten mit deftiger Sauce, dazu Sauerkraut ³ und 2 Thüringer Klöße, Dessert 66,1 KH* A1, 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	Eisbergsalat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C, G, J	Himbeer-Straciatella-Sahneschnitte 27,2 KH* A1,C,G,H1
Freitag, 26.08.2022	TIPP Hackfleischpfanne (Schwein) mit Mais, Möhren und Erbsen, dazu Butterreis, Dessert 72,5 KH* A1, F, I	Gebratenes Schollenfilet⁵ „Finkenwerder Art“ mit Speck ³ und Zwiebeln, dazu Salzkartoffeln ⁶ und Gurkensalat 77,7 KH* A1, D, F, I, J	Frikadelle mit Sauce, dazu Apfelrotkohl ⁴ und Kartoffelpüree, Dessert 54,3 KH* A, C, G, I	Eierpfannkuchen natur mit warmen Kirschkompott 120,1 KH* A1, C, G	Kalbsleber mit Bratensauce, Apfelfwürfel u. Schwenkzwiebeln, dazu Rotkohl u. Kartoffelpüree, Dessert 42,6 KH* A1, F, G, I	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	Gurkensalat 14,1 KH*	Donauwelle 27,3 KH* A1,C,G
Samstag, 27.08.2022	Schweinebraten mit Sauce, dazu Bohnengemüse und Salzkartoffeln ⁶ , Dessert 59,0 KH* A1, G, I, J	Frischer Schnittbohne-eintopf³ mit Schweinefleisch, Karottenwürfeln und Gartenkräutern, Dessert 39,3 KH* A1, F, I	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	<p>Die Menüs werden am Tag der Auslieferung frisch gekocht und sind zum sofortigen Verzehr bestimmt. Die TK-Auslieferung erfolgt ohne Salatbeilage.</p> <p>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</p>				
Sonntag, 28.08.2022	Kalbfleischbällchen in Rahmsauce, dazu Karottengemüse und Zwiebelpüree, Dessert 53,7 KH* A1, C, G, I, J	Schweinesteak in Rahmsauce, dazu Karottengemüse und Zwiebelpüree, Dessert 51,2 KH* A1, G, I	Bunter Nudelaufbau mit verschiedenem Gemüse, überbacken mit Gouda ¹⁺² , dazu gemischter Salat mit Dressing, Dessert 104,8 KH* A1, C, G, I, J	TIPP Rinderbraten mit deftiger Sauce, dazu Rotkohl ⁴ und 2 große Thüringer Klöße, Dessert 61,8 KH* A1, F, I	<p>Änderungen vorbehalten! Nährwertangaben entnehmen Sie bitte unserer Internetseite: www.frisch-menü.de</p> <p>EU-Zulassungs-Nr. HE 30376 * Kohlenhydrat-Berechnung (KH) bezieht sich auf das Menü ohne Dessert in Gramm (g).</p>				

Wir wünschen guten Appetit!



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