

MENÜPLAN 13.02. bis 19.02.2023 | 07. Woche

	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Vegetarisch	Extra Menü	Kaltmenü	Salat	Beilagen-Salat	Nachtisch	
Montag, 13.02.2023	Schwäbischer Suppentopf mit Spätzle, Fleischbällchen und Eierstich 35,9 KH* A1, C, G, I, J	Brühpölnische auf Wirsinggemüse, dazu Kartoffelpüree und Senf 46,1 KH* A1, G, I, J	Hähnchenpfanne „Pusta“ mit Tomaten- und Paprikawürfeln, dazu Butterreis 72,0 KH* A1, F, I	TIPP Gemüseplatte „Gärtnerin“ verschiedene Gemüse überzogen mit Sauce Hollandaise, dazu Kartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 57,0 KH* A1, C, G, I	Schnitzel Valdostana mit Schinken ⁽²⁾ , Hackfleischsauce und Käse ⁽¹⁺²⁾ überbacken, dazu Makkaroni und gemischter Salat mit Dressing, Dessert 111,5 KH* A1, F, G, I	Partyfrikadellen mit Kartoffelsalat ⁽²⁺⁴⁾ , dazu 1 Portion Senf und Brötchen 68,2 KH* A1, C, J	Winterzeit bis 26.03.2023	Mixsalat mit Sauer-rahm-Dressing 7,9 KH* C, G, J	Rha-barber-Erdbeer-kuchen 40,0 KH* A1,C,G	
Dienstag, 14.02.2023	Paprikaschnitzel mit pikanter Sauce, dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ und Partysalat ⁽²⁺⁴⁾ 73,9 KH* A1, C, G, I, J	Hähnchenbrustfilet mit Champignonrahmsauce, dazu Spiralnudeln, Dessert 73,9 KH* A1, G, I	Geflügelbratwurst⁽²⁺⁷⁾ mit Sauce, dazu Sauerkraut und Kartoffelpüree, Senf 45,4 KH* A1, G, I, J	Brokkoli-Möhren-Reispfanne mit Vollkornreis und gerösteten Mandeln, dazu Schnittlauchsauce, Dessert 59,4 KH* A1, F, G, H1, I	Bayrischer Leberkäs⁽²⁾ auf Sauerkraut ⁽³⁾ mit Speck ⁽³⁾ , Zwiebelpüree, dazu süßen Senf, Dessert 37,0 KH* G, I, J	paniertes Hähnchenschnitzel mit Nudelsalat ⁽²⁾ 69,2 KH* A1, C, G, J	Salat „Athen“ Fetawürfel und schwarze Oliven auf frischen Salaten der Saison, dazu Balsamico-Dressing, Brötchen 53,2 KH* A1, C, G, I, J	Party-salat⁽²⁺⁴⁾ 9,4 KH* I	Himbeer-Stracciatella-Sahne-schnitte 27,2 KH* A1,C,G,H1	
Mittwoch, 15.02.2023	Warme Wiener Würstchen⁽²⁺⁶⁾ mit Mischgemüse, dazu Kartoffelpüree, Dessert 59,7 KH* A1, G, I, J	Rinderleberragout in Apfel-Zwiebel-Sauce, dazu Kartoffelpüree, Dessert 38,7 KH* A1, G, I	Paniertes Hähnchenschnitzel mit Geflügelsauce, dazu Blumenkohl und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ 72,8 KH* A1, G, I	Vegetarische Gemüsesuppe mit Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu 1 Brötchen, Dessert 58,1 KH* A1, F, I	TIPP Schweinefilet in Pfefferrahmsauce, dazu Brokkoli und Minikartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 57,1 KH* A1, F, G, I	Schwarzwälder Quarkpokal mit Vanillequark, Sauerkirschen und Schokostreuseln 89,9 KH* G	Winterzeit bis 26.03.2023	Mixsalat mit Sauer-rahm-Dressing 7,9 KH* C, G, J	Mini-Schoko-donuts 43,2 KH* A1,C,F,G	
Donnerstag, 16.02.2023	Vegetarischer Linseneintopf mit verschiedenem Gemüse und Kartoffelwürfeln, dazu 1 Brötchen, Dessert 83,7 KH* A1, I	TIPP Puten-geschnetzeltes mit Champignons, dazu Butterreis 65,8 KH* A1, G, I	Kleine Hefeklöße natur mit warmen Pflaumenkompott 92,2 KH* A1, C, G	Gemüsefrikadelle mit Rahmsauce, dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ und gemischter Salat mit Dressing 88,8 KH* A1, C, G, I, J	Forelle⁽⁵⁾ „Müllerin“ mit Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ und Butter, dazu gemischter Salat mit Dressing, Dessert 50,4 KH* A1,C,G,J	Wiener Würstchen^(3,6,7) mit Nudelsalat und Ketchup 52,1 KH* A1, C, I	Salat „Athen“ Fetawürfel und schwarze Oliven auf frischen Salaten der Saison, dazu Balsamico-Dressing, Brötchen 53,2 KH* A1, C, G, I, J	Mixsalat mit Sauer-rahm-Dressing 7,9 KH* C, G, J	Donau-welle 27,3 KH* A1,C,G	
Freitag, 17.02.2023	Partyfrikadellen in würziger Paprikasauce, dazu Kartoffelpüree 62,4 KH* A1, C, G, I, J	Geflügelhacksteak mit Tomatencreme und Spiralnudeln 96,8 KH* A1, C, G, I, J	Seelachsfilet⁽⁵⁾ natur mit Gemüsesahnesauce, dazu Kartoffeln ⁽⁶⁾ und Bohnensalat 57,9 KH* A1, D, G, I	Nudelaufauf Spiralnudeln in feiner Spinat-Käsesauce, überbacken mit Gouda ⁽¹⁺²⁾ 80,9 KH* A1, G, I	Tafelspitz⁽³⁾ mit Mandel- Meerrettichsauce und Leipziger Allerlei, dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 41,8 KH* A1, F, G, I, L	Bunter Eiersalat mit gekochtem Schinken, dazu Brötchen und Butter 43,9 KH* A1, C, G, J	Winterzeit bis 26.03.2023	grüner Bohnen-salat 5,3 KH*	Himbeer-Sahne-schnitte 38,8 KH* A1,C,G	
Samstag, 18.02.2023	Serbischer Bohneneintopf⁽²⁺⁸⁾ mit Kasselerwürfeln ⁽³⁾ und Zwiebeln, dazu 1 Brötchen, Dessert 84,5 KH* A1, I	TIPP Wirsingroulade mit Hackfleischfüllung, dazu Speck-Zwiebelsauce ⁽³⁾ und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 52,3 KH* A1, C, G, I, J	Porree in Sahnesauce, dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 55,0 KH* A1, G, I	Gepökelter Schweinekrustenbraten⁽³⁾ in Schwarzbiersauce ⁽¹⁰⁾ , dazu Sauerkraut ⁽³⁾ und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 46,8 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.		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, 19.02.2023	Rahmgulasch vom Schwein mit Makkaroni, Dessert 67,5 KH* A1, F, G, I	Rinderfrikadelle mit Champignon-Sauce, dazu Rosenkohl ⁽³⁾ und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 45,3 KH* A1, G, I, L	Blumenkohlaufauf mit Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 68,4 KH* A1, G, I	Sauerbraten vom Jungbullen mit deftiger Sauce, dazu Erbsengemüse und Schupfnudeln, Dessert 107,3 KH* A1, F, G, I	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					

Wir wünschen guten Appetit!



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