

MENÜPLAN 05.06. bis 11.06.2023 | 23. Woche

	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Vegetarisch	Extra Menü	Kaltmenü	Salat	Beilagen-Salat	Nachtisch
Montag, 05.06.2023	Serbischer Bohneneintopf mit Rauchfleischwürfeln ⁽⁹⁾ und Zwiebeln, dazu ein Brötchen 84,6 KH* A1, F, I	Brühpölnische auf Wirsinggemüse, dazu Kartoffelpüree und Senf 46,1 KH* A1, G, I, J	Putengeschnetzeltes mit Champignons, dazu Butterreis 65,8 KH* A1, G, I	TIPP Gemüseplatte „Gärtnerin“ verschiedene Gemüse überzogen mit Sauce Hollandaise, dazu Kartoffel ⁽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 eine Portion Senf und ein Brötchen 68,2 KH* A1, C, J	„Chicken run“ Hähnchen-Nuggets ⁽⁹⁾ auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing, ein Brötchen 51,5 KH* A1, C, G, I, J	Mixsalat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C, G, J	Urkorn-Heidelbeer-Himbeer-Kuchen 32,0 KH* A1,C,G
Dienstag, 06.06.2023	Hausgemachter Hackbraten in Rahmsauce, dazu Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ 47,1 KH* A1, G, I	TIPP 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 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	„Chicken run“ Hähnchen-Nuggets ⁽⁹⁾ auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing, ein Brötchen 51,5 KH* A1, C, G, I, J	Eisbergsalat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C, G, J	Apfel-Quitte-Sahneschnitte 31,0 KH* A1,C,G
Mittwoch, 07.06.2023	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	Warme Wiener Würstchen⁽²⁺⁶⁾ mit Mischgemüse, dazu Kartoffelpüree, Dessert 59,7 KH* A1, G, I, J	Vegetarische Gemüsesuppe mit Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu ein Brötchen, Dessert 58,1 KH* A1, F, I	Forelle „Müllerin“ mit Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ und Butter, dazu gemischter Salat mit Dressing, Dessert 50,4 KH* A1,C,G,J	Schwarzwälder Quarkpokal mit Vanillequark, Sauerkirschen und Schokostreuseln 89,9 KH* G	„Chicken run“ Hähnchen-Nuggets ⁽⁹⁾ auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing, ein Brötchen 51,5 KH* A1, C, G, I, J	Mixsalat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C, G, J	Süße Vanillestange 35,8 KH* A1,C,F,G,H1,K
Donnerstag, 08.06.2023	„Feiertag Fronleichnam“ 72,0 KH* A1, F, I	Hähnchenpfanne „Pusta“ mit Tomaten- und Paprikawürfeln, dazu Butterreis, Dessert 72,0 KH* A1, F, I	TIPP Paprikaschnitzel mit pikanter Sauce, dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ und Partysalat ⁽²⁺⁴⁾ , Dessert 73,9 KH* A1, C, G, I, J	Gemüsefrikadelle mit Rahmsauce, dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ und Partysalat, Dessert 88,8 KH* A1, C, G, I, J	Schweinefilet in Pfefferrahmsauce, dazu Brokkoli und Minikartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 57,1 KH* A1, F, G, I	„Feiertag Fronleichnam“	„Feiertag Fronleichnam“	„Feiertag Fronleichnam“	„Feiertag Fronleichnam“
Freitag, 09.06.2023	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 grüner Bohnensalat 57,9 KH* A1, D, G, I	Nudelaufauf Spiralnudeln in feiner Spinat-Käsesauce, überbacken mit Gouda ⁽¹⁺²⁾ , Dessert 80,9 KH* A1, G, I	Tafelspitz mit grüner Sauce (extra verpackt) und Leipziger Allerlei, dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 43,9 KH* A1, C, G, J	Bunter Eiersalat mit gekochtem Schinken, dazu ein Brötchen und Butter 43,9 KH* A1, C, G, J	„Chicken run“ Hähnchen-Nuggets ⁽⁹⁾ auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing, ein Brötchen 51,5 KH* A1, C, G, I, J	grüner Bohnensalat 5,3 KH*	Schoko-Kirsch-Kuchen 39,6 KH* A1,C,G,H2

Wir wünschen guten Appetit!



Samstag, 10.06.2023

Vegetarischer Linseneintopf
mit verschiedenem Gemüse und Kartoffelwürfeln, dazu ein Brötchen, Dessert
83,7 KH* A1, I

Wirsingroulade
mit Hackfleischfüllung, dazu Speck-Zwiebelsauce⁽³⁾ und Salzkartoffeln⁽⁶⁾, Dessert
52,3 KH* A1, C, G, I, J

Tortellini „Verdura“
Gemüsetortellini (Karotte, Sellerie, Spinat) in leckerer Tomatensauce, Dessert
107,7 KH* A1, G, I

Schweinesteak
mit Speck⁽³⁾, Zwiebeln und Käse⁽¹⁺²⁾ überbacken, dazu Salzkartoffeln⁽⁶⁾ und gemischter Salat mit Dressing, Dessert
40,4 KH* G

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).

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=Sesam; 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

Sonntag, 11.06.2023

Rahmgulasch vom Schwein
mit Makkaroni, Dessert
67,5 KH* A1, F, G, I

Rinderfrikadelle
mit Champignon-Sauce, dazu Rosenkohl⁽⁹⁾ 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 Sauerkraut und Schupfnudeln, Dessert
107,3 KH* A1, F, G, I

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