

MENÜPLAN 20.11. bis 26.11.2023 | 47. Woche

	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Vegetarisch	Extra Menü	Kaltmenü	Salat	Beilagen-Salat	Nachtisch
Montag, 20.11.2023	TIPP Frischer Linseneintopf mit Wiener Würstchen ⁽²⁺⁶⁾ , Speck ⁽³⁾ und Zwiebeln, dazu ein Brötchen 84,5 KH* A1, F, I	Hähnchenpfanne „Pusta“ mit Tomaten- und Paprikawürfeln, dazu Butterreis 72,0 KH* A1, F, I	Brühpolnische auf Wirsinggemüse, dazu Kartoffelpüree und Senf 19,4 KH* A1, G, I, J	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	Winterzeit bis 31.03.2024	Mixsalat mit Sauer-rahm-Dressing 7,9 KH* C,G,J	Schoko-Kirsch-kuchen 39,6 KH* A1,C,G,H2
Dienstag, 21.11.2023	Kleine Hefeklöße natur mit warmen Pflaumenkompott 92,2 KH* A1, C, G	Schwäbischer Suppentopf mit Spätzle, Fleischbällchen und Eierstich 35,9 KH* A1, C, G, I, J	Putengeschnetzeltes mit Champignons, dazu Butterreis, Dessert 65,8 KH* A1, G, I	Gemüsefrikadelle mit Rahmsauce, dazu Salzkartoffel ⁽⁶⁾ und gemischter Salat mit Dressing 88,8 KH* A1, C, G, I, J	TIPP Forelle „Müllerin“ mit Salzkartoffel ⁽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 Sauer-rahm-Dressing, ein Brötchen 40,1 KH* A, C, G, I, J	Mixsalat mit Sauer-rahm-Dressing 7,9 KH* C,G,J	Russischer Zupf-kuchen 46,5 KH* A1,C,G
Mittwoch, 22.11.2023	Paprikaschnitzel mit pikanter Sauce, dazu Salzkartoffel ⁽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 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 Schweineschnitzel mit Nudelsalat ⁽²⁾ , Salatgarnitur und Senf 65,3 KH* A1, C, G, J	Winterzeit bis 31.03.2024	Party-salat ⁽²⁺⁴⁾ 9,4 KH* I	Süße Vanille-stange 35,8 KH* A1,C,F,G,H1,K
Donnerstag, 23.11.2023	Warme Wiener Würstchen ⁽²⁺⁶⁾ mit Mischgemüse, dazu Kartoffelpüree, Dessert 59,7 KH* A1, G, I, J	Paniertes Hähnchenschnitzel mit Geflügelsauce, dazu Blumenkohl und Salzkartoffel ⁽⁶⁾ 72,8 KH* A1, G, I	TIPP Rinderleber-ragout in Apfel-Zwiebel-Sauce, dazu Kartoffelpüree 38,7 KH* A1, G, I	Vegetarische Gemüsesuppe mit Kartoffel ⁽⁶⁾ , dazu ein Brötchen, Dessert 58,1 KH* A1, F, I	Schweinefilet in Pfefferrahmsauce, dazu Brokkoli und Minikartoffel ⁽⁶⁾ , Dessert 57,1 KH* A1, F, G, I	Schwarzwälder Quarkpokal mit Vanillequark, Sauerkirschen und Schokostreuseln 89,9 KH* G	Salat „Athen“ Fetawürfel und schwarze Oliven auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauer-rahm-Dressing, ein Brötchen 40,1 KH* A, C, G, I, J	Mixsalat mit Sauer-rahm-Dressing 7,9 KH* C,G,J	Mohn-Streusel-kuchen 49,0 KH* A1,C,G
Freitag, 24.11.2023	Partyfrikadellen in würziger Paprikasauce, dazu Kartoffelpüree 62,4 KH* A1, C, G, I, J	NEU Geflügel-hacksteak mit Tomatencreme und Butterreis 75,4 KH* A1, G, I	Seelachsfilet ⁽⁵⁾ natur mit Gemüsesahnesauce, dazu Kartoffel ⁽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	TIPP Tafelspitz ⁽³⁾ mit Apfel-Meerrettichsauce und Leipziger Allerlei, dazu Salzkartoffel ⁽⁶⁾ , Dessert 41,8 KH* A1, F, G, I, L	Bunter Eiersalat mit gekochtem Schinken, dazu ein Brötchen und Butter 43,9 KH* A1, C, G, J	Winterzeit bis 31.03.2024	grüner Bohnen-salat 5,3 KH*	Apfel-kuchen 34,2 KH* A1,C,G,H2,H3

Wir wünschen guten Appetit!



Samstag, 25.11.2023
Wirsingroulade mit Hackfleischfüllung, dazu Speck-Zwiebelsauce⁽³⁾ und Salzkartoffel⁽⁶⁾, Dessert
52,3 KH* A1, C, G, I, J

TIPP Serbischer Bohneneintopf mit Rauchfleischwürfel⁽³⁾, Speck⁽³⁾ und Zwiebeln, dazu ein Brötchen, Dessert
84,6 KH* A1, F, I

Sauerbraten vom Jungbullen mit deftiger Sauce, dazu Erbsengemüse und Schupfnudeln, Dessert
107,3 KH* A1, F, G, I

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;J=Sellerie;K=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

Sonntag, 26.11.2023
Rinderfrikadelle mit Champignon-Sauce, dazu Rosenkohl⁽³⁾ und Salzkartoffel⁽⁶⁾, Dessert
45,3 KH* A1, G, I, L

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

Blumenkohlaufauf mit Salzkartoffel⁽⁶⁾, Dessert
68,4 KH* A1, G, I

TIPP Gepökelter Schweinekru- braten⁽³⁾ in Schwarzbiersauce⁽¹⁰⁾, dazu Sauerkraut⁽³⁾ und Salzkartoffel⁽⁶⁾, Dessert
46,8 KH* A1, I, J

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