

MENÜPLAN 27.11. bis 03.12.2023 | 48. Woche

	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Vegetarisch	Extra Menü	Kaltmenü	Salat	Beilagen-Salat	Nachtisch
Montag, 27.11.2023	Hausgem. Grünkohleintopf mit Karotten, Kartoffeln und Rauchenscheiben ⁽²⁺³⁾ , dazu ein Brötchen 56,6 KH* A1,I,J	Schinkenomelett auf Blattspinat, dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ 53,2 KH* A1, C, G, I	Chinapfanne Hähnchenbruststreifen auf süß-/sauerem Gemüse, dazu Basmatireis, Dessert 74,0 KH* F, I	Schmackhafte Kartoffelpuffer dazu fruchtiger Apfelmus 85,9 KH* L	TIPP Hausgemachte Rinderroulade mit deftiger Sauce, dazu Rotkohl ⁽⁴⁾ und zwei große Thüringer Klöße, Dessert 64,8 KH* A1, I, J	Paniertes Schweineschnitzel mit Kartoffelsalat ⁽²⁺⁴⁾ , Salatgarnitur und Senf 48,5 KH* A1, C, G, J	Winterzeit bis 31.03.2024	Eisbergsalat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C,G,J	Käsekuchen 35,0 KH* A1,C,G
Dienstag, 28.11.2023	Bratwürstchen⁽²⁺⁷⁾ auf Mischgemüse, dazu Kartoffelpüree 60,0 KH* A1, C, G, I, J	Hähnchen-Cordon bleu mit Schinken und Käse gefüllt, dazu Brokkoli und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ 65,3 KH* A1, F, G, I	Schweinegulasch mit Rahmsauce, dazu Spiralnudeln und Karotten-Weißkohlsalat ⁽²⁺⁴⁾ 80,3 KH* A1, F, G, I	Frühlingsrolle mit süß/saurer Sauce, dazu Vollkornreis und Karotten-Weißkohlsalat 95,9 KH* A1, C, F, G, I, J	Schnitzel „Hessische Art“ mit Schmandsauce und Gouda ⁽¹⁺²⁾ überbacken, dazu Minikartoffeln ⁽⁶⁾ und Karotten-Weißkohlsalat, Dessert 93,7 KH* A1, C, F, G, I, J	Heringssalat⁽⁵⁾ mit Roter Bete, Äpfeln, Zwiebeln und Gurken, dazu ein Brötchen und Butter 51,3 KH* A1, C, D, G, I, J	„Chicken run“ Hähnchen-Nuggets ⁽⁹⁾ auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing und ein Brötchen 51,5 KH* A1, C, G, I, J	Karotten-Weißkohlsalat⁽²⁺⁴⁾ 13,6 KH*	Mandarinen-Sahneschnitte 26,2 KH* A1,C,G
Mittwoch, 29.11.2023	Pichelsteiner Gemüsetopf mit Rindfleisch und verschiedenem Gemüse 35,3 KH* A1, F, I	Kasselerkambraten⁽³⁾ mit Sauce, dazu Scheibenkarotten und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ 42,7 KH* A1, F, G, I	Frikadelle mit Rahmchampignons, dazu Butterspätzle und Eisbergsalat mit Dressing 71,1 KH* A1, C, F, G, I, J	TIPP Milchreis mit Zucker und Zimt, dazu Fruchtcocktail 172,1 KH* G	Schlemmerfilet⁽⁵⁾ „Italieno“ Fischfilet mit Auflage aus Tomatenwürfeln, Zwiebeln und Sauerrahm, dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ und Eisbergsalat mit Dressing, Dessert 54,7 KH* A1, C, D, G, J	Hausmacher Fleischsalat mit zwei halben Eiern, dazu ein Brötchen und Butter 39,6 KH* A1, C, G, J	Winterzeit bis 31.03.2024	Eisbergsalat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C,G,J	Puddingbrezel 55,3 KH* A1,C,F,G,H1,H2,K
Donnerstag, 30.11.2023	Currybockwürstchen⁽²⁾ mit Curryketchupsaucen, dazu Kartoffelpüree, Dessert 58,2 KH* A1, G, I	Geflügelfrikadellen-Bällchen mit Rahmsauce, dazu Leipziger Allerlei und Butterreis, Dessert 74,3 KH* A1, C, F, G, I, J	Gekochtes Rindfleisch mit Apfel-Meerrettichsauce und Bouillonkartoffeln ⁽⁶⁾ 44,3 KH* A1, G, I	Eieromelett mit Rahmspinat, dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 55,1 KH* A1, C, F, G, I	Gegrillte Haxe (extra verpackt), mit Sauerkaut ⁽³⁾ , dazu Kartoffelpüree, Senf, Dessert 47,3 KH* A1, G, I, J	Fruchtpokal „Jogger Becher“ Sahnequark mit Früchten, Schokoraspeln und Bircher Müsli 128,4 KH* A1, G, H1, H2	„Chicken run“ Hähnchen-Nuggets ⁽⁹⁾ auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing und ein Brötchen 51,5 KH* A1, C, G, I, J	Mixsalat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C,G,J	Bienenstich-Schnitte 27,0 KH* A1,C,G,H1
Freitag, 01.12.2023	Gefüllte Paprikaschote mit Tomaten-Kräuter-Sauce, dazu Reis 73,1 KH* A1, C, F, I	TIPP Schmackhafte Lachswürfel⁽⁵⁾ in Sahnesauce mit Gemüsestreifen, dazu Bandnudeln 64,5 KH* A1, D, G, I	Schweinerückenbraten mit Sauce, dazu Karotten-Brokkoli-Gemüse und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ 61,8 KH* A1, G, I, J	Kartoffeltaschen „Toskana“ gefüllt mit Tomate, Frischkäse und Mozzarella, dazu Brokkoli und Basilikum-Sahnesauce 65,9 KH* A, F, G, I	Thüringer Rostbrätel Nackensteak mit Schwenkzwiebeln, dazu Bratkartoffeln ⁽⁶⁾ und gem. Salat mit Dressing, Dessert 64,8 KH* A3,C,G,I,J,L	Krabbencocktail⁽²⁾ mit Champignons und Spargel, dazu ein Brötchen und Butter 48,5 KH* A1, B, C, G, J	Winterzeit bis 31.03.2024	Mixsalat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C,G,J	Erdbeerkuchen 40,6 KH* A1,C,G

Wir wünschen guten Appetit!



Samstag, 02.12.2023	Putenfrikassee in Holländischer Sauce mit Spargelstücken, dazu Gemüsereis, Dessert 67,6 KH* A1, F, G, I	Möhreneintopf mit Fleischwurstwürfeln ⁽²⁾ , Kartoffeln ⁽⁶⁾ und Gartenkräutern, Dessert 43,5 KH* A1, F, G, I, J	Mediterranes Ratatouillegemüse mit buntem Reis, dazu Eisbergsalat mit Dressing, Dessert 86,4 KH* A1, C, F, G, I, J	Geflügelroulade „Hausfrauen Art“ mit Geflügelsauce, dazu Butterreis und Leipziger Allerlei, Dessert 72,9 KH* A1, F, G, I, J
----------------------------	--	---	---	--

Sonntag, 03.12.2023	Kasselerrücken⁽³⁾ mit Sauce, dazu Rotkohlgemüse ⁽⁴⁾ und Thüringer Klöße, Dessert 60,8 KH* A1, G, I	Schweinebraten in deftiger Sauce, dazu Rotkohlgemüse ⁽⁴⁾ und Thüringer Klöße, Dessert 68,1 KH* A1, G, I	Vegetarische Gemüsemaultaschen in Kräuterrahmsauce, Dessert 71,2 KH* A1, C, G, I	Schweinefilet „Westmoreland“ mit Mixed-Pickles-Sauce, dazu Erbsengemüse und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 64,6 KH* A, 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; L=Senf; K=Sesamsamen; Le=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

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