

MENÜPLAN 04.12. bis 10.12.2023 | 49. Woche

! Bitte beachten Sie vom 11.12. - 24.12.2023 unsere festlichen Weihnachtsgerichte auf dem Extra Menü!

	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Vegetarisch	Extra Menü	Kaltmenü	Salat	Beilagen-Salat	Nachtisch	
Montag, 04.12.2023	Ungarisches Schaschlikgulasch mit Speckwürfeln ⁽³⁾ , Zwiebeln und Paprika, dazu Makkaroni, Dessert 89,4 KH* A1,F,I	TIPPI Deftiger Erbseneintopf mit Schinkenbockwürstchen ⁽²⁺⁶⁾ , Speck ⁽³⁾ und Zwiebeln, dazu ein Brötchen 88,6 KH* A1,F,I,J	Wirsingroulade mit Hackfleischfüllung, dazu Speck-Zwiebelsauce ⁽³⁾ und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ 48,9 KH* A1,C,F,G,I,J	Blumenkohl-Käse-Medailon mit Holländischer Sauce, dazu Petersilienkartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 66,9 KH* A1,A3,C,G,I	Schweinekrustenbraten⁽³⁾ in deftiger Sauce, dazu Grünkohl ⁽³⁾ und Thüringer Klöße, Dessert 72,9 KH* A, I	Hausmacher Sülze in Essig/Öl-Dressing, mit Zwiebeln und Kartoffelsalat ⁽²⁺⁴⁾ 33,0 KH* C,J		Winterzeit bis 31.03.2024	Mixsalat mit Sauer-rahm-Dressing 7,9 KH* C,G,J	Kirsch-Sandkuchen 34,2 KH* A1,C,G,H2
Dienstag, 05.12.2023	zartes Hähnchenbrustfilet mit Geflügelsauce, dazu Rotkohlgemüse ⁽⁴⁾ und Kartoffelpüree, Dessert 50,8 KH* A1,C,G,I,J	Berner Pfanne Schweinegeschnetzeltes mit Käse ⁽¹⁺²⁾ , Crème fraîche, Paprika und Zwiebeln, dazu Spätzle, Dessert 65,4 KH* A1,F,G,I	Seelachs⁽⁵⁾ natur mit Senfsauce, dazu Petersilienkartoffeln ⁽⁶⁾ und Bohnensalat 52,3 KH* A1,D,G,I,J	Provenzalische Kartoffeln⁽⁶⁾ mit Kräuterquark, dazu Eisbergsalat mit Dressing 58,5 KH* A1,C,G,J	Große Bauernbratwurst⁽²⁺⁷⁾ auf Sauerkraut ⁽³⁾ , dazu Kartoffelpüree und Senf, Dessert 45,3 KH* G,I,J	Fruchtpokal Sylt Sahnequark mit Beerencocktail und Vanillesauce 111,1 KH* G	Fitness-Salat Hähnchenbruststreifen und Kürbiskerne auf frischen Salaten der Saison, dazu italienisches Dressing, ein Brötchen 37,6 KH* A1,C,G,I,J	grüner Bohnensalat 5,3 KH*	Schwarzwälder-Kirsch-Schnitte⁽¹⁰⁾ 29,3 KH* A1,C,G	
Mittwoch, 06.12.2023	Bunte Kartoffelsuppe mit Wiener Würstchen ⁽²⁺⁶⁾ und feinem Gemüse 45,4 KH* A1,F,G,I,J	Königsberger Klopse in Kaperntunke, dazu Kartoffeln ⁽⁶⁾ und Rote Bete ⁽⁴⁾ 60,4 KH* A1,C,G,I,J	Spaghetti Bolognese mit Rinderhack-/Tomatensauce, dazu geriebener Hartkäse ⁽²⁾ , Dessert 84,2 KH* A1,F,G,I	TIPPI Grießbrei mit Zucker und Zimt, dazu Pfirsichkompott 114,2 KH* A1,G	Seelachs⁽⁵⁾ in Eihülle mit Weißweinsauce ⁽¹⁰⁾ , dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ und Feldsalat mit Dressing, Dessert 65,0 KH* A1,C,D,G,I,J	Geflügelfrikadellen-bällchen⁽³⁾ mit buntem Nudelsalat ⁽²⁾ , dazu Senf 59,8 KH* A1, C, G, J		Winterzeit bis 31.03.2024	Rote Bete-Salat⁽⁴⁾ 6,8 KH*	Leckere Nussecke 54,9 KH* A1,C,F,G,H1,H2,K
Donnerstag, 07.12.2023	NEU Hähnchengeschnetzeltes „Jäger Art“ mit buntem Gemüserais, Dessert 69,0 KH* A1, G, I, L	„Ratsherrentopf“ Schweinesteak mit Sauce Bernaise, dazu Fingermöhren und Kartoffeln ⁽⁶⁾ 40,7 KH* A1,F,G,I	Bockwürstchen⁽²⁺⁶⁾ mit Mischgemüse, dazu Kartoffelpüree 59,7 KH* A1,G,I,J	Vollkornspaghetti mit Gemüsebolognese und gemischtem Salat mit Dressing, Dessert 97,7 KH* A1,C,F,G,I,J	TIPPI Cordon bleu vom Schwein mit Bratkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu gemischter Salat mit Dressing, Dessert 82,4 KH* A1,C,G,I,J	Paniertes Schweineschnitzel mit Nudelsalat ⁽²⁾ , Salatgarnitur und Senf 65,3 KH* A1,C,G,J	Fitness-Salat Hähnchenbruststreifen und Kürbiskerne auf frischen Salaten der Saison, dazu italienisches Dressing, ein Brötchen 37,6 KH* A1,C,G,I,J	Mixsalat mit Sauer-rahm-Dressing 7,9 KH* C,G,J	Rhabarber-Erdbeerkuchen 40,0 KH* A1,C,G	
Freitag, 08.12.2023	Hackbraten mit Sauce, dazu Lauchgemüse und Kartoffelpüree 46,7 KH* A1,G,I	Paniertes Schollenfilet⁽⁵⁾ mit Remouladensauce ⁽²⁺⁴⁾ , dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ und Wachsbrechbohnsensalat 82,1 KH* A1,C,D,G,J	Rindergulasch mit buntem Paprika und Blumenkohl, dazu Reis, Dessert 79,5 KH* A1,F,G,I	Überbackene Maultaschen mit Gemüsefüllung in Tomaten-Basilikumsauce, überbacken mit Gouda ⁽¹⁺²⁾ , Dessert 72,6 KH* A1,C,G,I	Hähncheninnenfilets mit Pfefferrahmsauce, dazu Spätzle und Wachsbrechbohnsensalat, Dessert 70,5 KH* A1,C,G,I,J	Brathering⁽⁵⁾ mit Zwiebelringen, dazu Kartoffelsalat ⁽²⁺⁴⁾ 37,3 KH* C,D,J		Winterzeit bis 31.03.2024	Wachsbrechbohnsensalat 6,3 KH* G	Apfel-Streuselkuchen 50,8 KH* A1,C,G

Wir wünschen guten Appetit!



Samstag, 09.12.2023
TIPPI Kartoffel-Spinat-Auflauf
in feiner Käsesauce mit Gouda überbacken, Dessert
38,5 KH* A1, G, I, L

Frikadelle
auf Rahmspinat, dazu Salzkartoffeln⁽⁶⁾, Dessert
62,3 KH* A1,C,G,I

veg. Frischer Linseneintopf
mit Gemüse und Zwiebeln, dazu ein Brötchen, Dessert
84,5 KH* A1,F,G,I,J

Schweinefilet
mit Sauce Hollandaise, dazu Fingermöhren und Salzkartoffeln⁽⁶⁾, Dessert
39,5 KH* A1,C,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; 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

Sonntag, 10.12.2023
Hähnchenbrustfilet
mit Sauce, dazu Kohlrabigemüse und Kartoffeln⁽⁶⁾, Dessert
53,2 KH* A1,G,I

Schweineschnitzel
mit Schmandsauce, dazu Kohlrabigemüse und Kartoffeln⁽⁶⁾, Dessert
70,0 KH* A1,G,I

Schupfnudel-Gemüsepfanne
in Butter gebraten, dazu Sahnesauce, Dessert
73,5 KH* A1,C,F,G,I

Hausgemachtes gefülltes Kraut
deftiger Weißkohl mit Hackfleisch geschichtet, dazu Holländische Sauce und Salzkartoffeln⁽⁶⁾, Dessert
60,5 KH* A1,C,F,G,I

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