

# MENÜPLAN 13.05. bis 19.05.2024 | 20. Woche

**! Wir wünschen Ihnen frohe Pfingsten!**

	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Vegetarisch	Extra Menü	Kaltmenü	Salat	Beilagen-Salat	Nachtisch
<b>Montag, 13.05.2024</b>	<b>vegetarische Minestrone</b> Italienische Gemüsesuppe mit Nudleinlage, dazu ein Brötchen 61,9 KH* A1, F, G, I	<b>Chinapfanne</b> Hähnchenbruststreifen auf süß-/saurem Gemüse, dazu Basmatireis, Dessert 74,0 KH* F, I	<b>TIPP Schinkenomelett</b> auf Blattspinat, dazu Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert 53,2 KH* A1, C, G, I	<b>Schmackhafte Kartoffelpuffer</b> dazu fruchtiges Apfelsmus 85,9 KH* L	<b>Hausgemachte Rinderroulade</b> mit deftiger Sauce, dazu Rotkohl <sup>(4)</sup> und zwei große Thüringer Klöße, Dessert 64,8 KH* A1, I, J	<b>Paniertes Schweineschnitzel</b> mit Kartoffelsalat <sup>(2+4)</sup> , Salatgarnitur und Senf 48,5 KH* A1, C, G, J	<b>„Chicken run“</b> Hähnchen-Nuggets <sup>(9)</sup> auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing und ein Brötchen 51,5 KH* A1, C, G, I, J	<b>Mixsalat</b> mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C,G,J	<b>Himbeer-Stracciatella-Sahneschnitte</b> 27,2 KH* A1,C,G,H1
<b>Dienstag, 14.05.2024</b>	<b>Currybockwürstchen<sup>(2)</sup></b> mit Curryketchupsaucе, dazu Kartoffelpüree 58,2 KH* A1, G, I	<b>Geflügelfrikadellen-Bällchen</b> mit Rahmsauce, dazu Leipziger Allerlei und Butterreis, Dessert 74,3 KH* A1, C, F, G, I, J	<b>Gekochtes Rindfleisch</b> mit Apfel-Meerrettichsauce und Bouillonkartoffeln <sup>(6)</sup> 44,3 KH* A1, G, I	<b>Eieromelett</b> mit Rahmspinat, dazu Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert 55,1 KH* A1, C, F, G, I	<b>TIPP Schlemmerfilet<sup>(5)</sup> „Italieno“</b> Fischfilet mit Auflage aus Tomatenwürfeln, Zwiebeln und Sauerrahm, dazu Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> und Eisbergsalat mit Dressing, Dessert 54,7 KH* A1, C, D, G, J	<b>Fruchtpokal „Jogger Becher“</b> Sahnequark mit Früchten, Schokoraseln und Bircher Müsli 128,4 KH* A1, G, H1, H2	<b>„Chicken run“</b> Hähnchen-Nuggets <sup>(9)</sup> auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing und ein Brötchen 51,5 KH* A1, C, G, I, J	<b>Eisbergsalat</b> mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C,G,J	<b>Apfel-Streuselkuchen</b> 50,8 KH* A1,C,G
<b>Mittwoch, 15.05.2024</b>	<b>Pichelsteiner Gemüsetopf</b> mit Rindfleisch und verschiedenem Gemüse, dazu ein Brötchen 35,3 KH* A1, F, I	<b>Paniertes Schweinekotelett</b> mit Bratensauce, dazu Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> und Brechbohnsensalat in saurer Sahne 69,5 KH* A1, G, I	<b>TIPP Frikadelle</b> mit Rahmchampignons, dazu Butterspätzle und gemischter Salat mit Dressing 71,1 KH* A1, C, F, G, I, J	<b>Hausgemachter Milchreis</b> mit Zucker und Zimt, dazu Fruchtcocktail 172,1 KH* G	<b>Schnitzel „Hessische Art“</b> mit Schmandsauce und Gouda <sup>(1+2)</sup> überbacken, dazu Minikartoffeln <sup>(6)</sup> und gemischter Salat mit Dressing, Dessert 93,7 KH* A1, C, F, G, I, J	<b>Hausmacher Fleischsalat</b> mit zwei halben Eiern, dazu ein Brötchen und Butter 39,6 KH* A1, C, G, J	<b>„Chicken run“</b> Hähnchen-Nuggets <sup>(9)</sup> auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing und ein Brötchen 51,5 KH* A1, C, G, I, J	<b>Brechbohnsensalat</b> in saurer Sahne 6,3 KH* G	<b>Leckere Nussecke</b> 54,9 KH* A1,C,F,G,H1,H2,I
<b>Donnerstag, 16.05.2024</b>	<b>TIPP Hähnchen-Cordon bleu</b> mit Schinken und Käse gefüllt, dazu Brokkoli und Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> 65,3 KH* A1, F, G, I	<b>Bratwurst „Thüringer Art“<sup>(2+7)</sup></b> auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree und Senf 45,4 KH* G, I, J	<b>Schweinegulasch</b> mit Rahmsauce, dazu Spiralnudeln und Karotten-Weißkohlsalat <sup>(2+4)</sup> 80,3 KH* A1, F, G, I	<b>vegetarische Reissuppe</b> mit Eierstückchen und Gemüseeinlage, dazu ein Brötchen, 64,4 KH* A, C, F, G, I	<b>Sommerhaxe</b> (extra verpackt), mit Kartoffel-Krautsalat, Senf, Dessert 32,4 KH* C,J	<b>Heringssalat<sup>(5)</sup></b> mit Roter Bete, Äpfeln, Zwiebeln und Gurken, dazu ein Brötchen und Butter 51,3 KH* A1, C, D, G, I, J	<b>„Chicken run“</b> Hähnchen-Nuggets <sup>(9)</sup> auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing und ein Brötchen 51,5 KH* A1, C, G, I, J	<b>Karotten-Weißkohlsalat<sup>(2+4)</sup></b> 13,6 KH*	<b>Donauwelle</b> 27,3 KH* A1,C,G
<b>Freitag, 17.05.2024</b>	<b>Gefüllte Paprikaschote</b> mit Tomaten-Kräuter-Sauce, dazu Reis, Dessert 73,1 KH* A1, C, F, I	<b>Schmackhafte Lachswürfel<sup>(5)</sup></b> in Sahnesauce mit Gemüsestreifen, dazu Bandnudeln 64,5 KH* A1, D, G, I	<b>TIPP Leckeres Krautfleisch</b> Gehacktes mit Weißkohl, dazu Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> 63,2 KH* A1, G, I	<b>Gemüsefrikadelle</b> mit Sauce Hollandaise und Salzkartoffeln, Dessert 76,4 KH* A1, C, G, I	<b>Thüringer Rostbrätel</b> Nackensteak mit Schwenkzwiebeln, dazu Bratkartoffeln <sup>(6)</sup> und gem. Salat mit Dressing, Dessert 64,8 KH* A3,C,G,I,J,L	<b>Krabbencocktail<sup>(2)</sup></b> mit Champignons und Spargel, dazu ein Brötchen und Butter 48,5 KH* A1, B, C, G, J	<b>„Chicken run“</b> Hähnchen-Nuggets <sup>(9)</sup> auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing und ein Brötchen 51,5 KH* A1, C, G, I, J	<b>Mixsalat</b> mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C,G,J	<b>Rhabarber-Erdbeerkuchen</b> 40,0 KH* A1,C,G
<b>Samstag, 18.05.2024</b>	<b>NEU Hausgem. Grünkohleintopf</b> mit Karotten, Kartoffeln und Rauchendenscheiben <sup>(2+3)</sup> , Dessert 56,6 KH* A1, I, J	<b>Putenfrikassee</b> in Sauce Hollandaise mit Spargelstückchen, dazu Gemüseris, Dessert 67,6 KH* A1, F, G, I	<b>Mediterranes Ratatouillegemüse</b> mit buntem Reis, dazu Eisbergsalat mit Dressing, Dessert 86,4 KH* A1, C, F, G, I, J	<b>Schweinefilet „Westmoreland“</b> mit Mixed-Pickles-Sauce, dazu Erbsengemüse und Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert 64,6 KH* A1, G, I, J	<p>Die Menüs werden am Tag der Auslieferung frisch gekocht und sind zum <b>sofortigen Verzehr</b> bestimmt. Die TK-Auslieferung erfolgt <b>ohne</b> Salatbeilage.</p> <p><b>Allergene:</b> 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 <b>Zusatzstoffe:</b> 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</p>				
<b>Sonntag, 19.05.2024</b>	<b>Schweinebraten</b> in deftiger Sauce, dazu Rotkohlgemüse <sup>(4)</sup> und Thüringer Klöße, Dessert 68,1 KH* A1, G, I	<b>Kasselerrücken<sup>(3)</sup></b> mit Sauce, dazu Rotkohlgemüse <sup>(4)</sup> und Thüringer Klöße, Dessert 60,8 KH* A1, G, I	<b>Vegetarische Gemüsemaultaschen</b> in Kräuterrahmsauce, Dessert 71,2 KH* A1, C, G, I	<b>TIPP Großer Grillteller</b> mit Bratwürstchen <sup>(2+7)</sup> , kleinen Frikadellen und Spießbraten, dazu Paprika-/Tomatensauce und Djuvekreis, Dessert 76,0 KH* A1, C, F, I, J	<p><b>Änderungen vorbehalten!</b> Nährwertangaben entnehmen Sie bitte unserer Internetseite: <a href="http://www.frisch-menü.de">www.frisch-menü.de</a></p> <p>EU-Zulassungs-Nr. HE 30376 * Kohlenhydrat-Berechnung (KH) bezieht sich auf das Menü ohne Dessert in Gramm (g).</p>				

*Wir wünschen guten Appetit!*



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