

KW 48
vom **23.11.- 29.11.2020**

KW 48	Montag 23.11.2020	Dienstag 24.11.2020	Mittwoch 25.11.2020	Donnerstag 26.11.2020	Freitag 27.11.2020	Samstag 28.11.2020	Sonntag 29.11.2020
Menü 1	Geflügel-Paprika-Topf herzhafter Gulasch von der Pute mit Paprika und Zwiebeln, dazu Langkornreis A,E,G,G1,M • Brennwert: 2596 kJ, 618 kcal	Frisch gebackener Fleischkäse^{2,4} mit grünen Bio-Bohnen DE-ÖKO-006, dazu Kartoffel-Karottenpüree A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 2287 kJ, 546 kcal 	Geflügel-Eintopf mit buntem Gemüse, Kartoffeln, Nudeln und Huhnfleischinlage, dazu ein Sesambrötchen A,B,C,E,G,G1,G3,M • Brennwert: 3335 kJ, 800 kcal	3 Eierpfannkuchen mit herzhafter Fleisch-Gemüesoße A,E,G,G1,M • Brennwert: 2255 kJ, 538 kcal 	Pfefferkrustenbraten vom Schwein mit Leipziger Allerlei und Kartoffelknödel A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 3035 kJ, 726 kcal 	Eine Kohlroulade (mit Hackfleisch gefüllt) in Zwiebel-Specksoße ^{2,4} , dazu Schnittlauchkartoffeln A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 2475 kJ, 589 kcal 	Lammgulasch „Provencale“ mit mediterranen Kräutern und Tomaten, dazu Bohnengemüse und Sahnepüree A,E,G,G1,I,M • Brennwert: 1805 kJ, 431 kcal
Menü 2	Kassler Rücken^{2,4} in Senf-Zwiebelsoße, dazu Grünkohl und Kartoffeln A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 2947 kJ, 705 kcal 	Nasi Goreng Asiatisches Reisgericht mit viel Gemüse und Eierflocken, dazu Sojasoße A,B,E,G,G1,J,M • Brennwert: 1928 kJ, 459 kcal 	Ein Schweinerückensteak in Bratensoße, dazu Wurzelgemüse (Karotten und Schwarzwurzeln) und Risoleekartoffeln A,E,G,G1 • Brennwert: 1514 kJ, 361 kcal	Bio-Spaghetti-DE-ÖKO-006 „Napoli“ mit Tomaten-Basilikum-Soße, dazu Reibekäse E,G,G1,M • Brennwert: 2480 kJ, 587 kcal 	Eine hausgemachte Geflügelfrikadelle , in Geflügelrahmsoße, dazu Gabelspaghetti A,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 2465 kJ, 593 kcal		
Menü 3	Gefüllte Kalbsbrust⁴ in Bratensoße, dazu schwäbische Eierknöpfe A,B,E,G,G1 • Brennwert: 2257 kJ, 541 kcal	Putengeschnetzeltes in Rahmsoße, dazu Bio-Teigwaren DE-ÖKO-006 A,E,G,G1,M • Brennwert: 2402 kJ, 577 kcal	Ein Hähnchenbrustfilet in Orangensoße, dazu Brokkoliröschen und Mandelreis A,E,G,G1,H,H1 • Brennwert: 2546 kJ, 606 kcal	Ein Cordon bleu vom Schwein^{1,2,4} mit Bratensoße, dazu Zahners Kartoffelpüree A,E,G,G1,M • Brennwert: 2208 kJ, 527 kcal	Fischroulade „Gärtnerin Art“ in Weißweinsauce, dazu Schnittlauchkartoffeln A,F,G,G1,I,M • Brennwert: 1954 kJ, 467 kcal 	Sahniger Milchreis dazu heißes Pfirsichkompott G,G1,M • Brennwert: 1965 kJ, 465 kcal 	
Menü 4 vegetarisch	Spätzle-Gemüsepfanne mit frischem Saisongemüse, Champignons und einer vegetarischen Kräuterrahmsoße A,E,G,G1,M • Brennwert: 1921 kJ, 456 kcal	Sojageschnetzeltes in vegetarischer Röstgemüesoße dazu grüne Bio-Bohnen DE-ÖKO-006 und Langkornreis A,B,G,G1,J • Brennwert: 2738 kJ, 631 kcal	4 Stück vegetarische Maultaschen im Wurzelgemüsesud, dazu hausgemachter Kartoffelsalat und eine Scheibe Brot A,B,E,G,G1,G2,M • Brennwert: 2525 kJ, 601 kcal	Penne mit frischem Blattspinat mit einer Walnuss-Birnen-Soße E,G,G1,H,H3,I,M • Brennwert: 3229 kJ, 767 kcal	Ravioli „Formaggio“ mit Käse gefüllt und Kräutern mariniert, dazu fruchtige Tomatensoße E,G,G1,M • Brennwert: 3158 kJ, 753 kcal	2 Emmentaler Käsesteaks aus herzhaftem Emmentaler, dazu Röstgemüesoße und Schnittlauchkartoffeln G,G1,M • Brennwert: 3053 kJ, 733 kcal	Vegetarischer Gulasch „Provencale“ mit Tomaten und franz. Gemüse, dazu grüne Bohnen und Sahnepüree A,E,G,G1,J,M • Brennwert: 1673 kJ, 400 kcal
Menü 6 Kaltmenü	Mild geräucherte Putenbrust^{2,4} mit einer Rohkostsalatmischung, Meerrettich und einem Bio-Vollkornbrötchen DE-ÖKO-006 A,B,E,G,G1,G2,I,M • Brennwert: 1941 kJ, 463 kcal	Hausgemachter Fleischsalat^{2,3,4,8,9} mit Essiggurke und Ei garniert, dazu 2 Scheiben Brot A,B,E,G,G1,G2,M • Brennwert: 4052 kJ, 967 kcal 	Frischgemüse-Käse-Wrap Knackige Gemüse- und Käsestreifen mit Radieschen, Rucola und Frischkäse-Kräutercreme im Teigfladen A,B,G,G1,G3,G4,J,M • Brennwert: 2268 kJ, 542 kcal 	Rindfleischsalat „Ungarisch“ mit Paprika, Essiggurken ⁹ und Zwiebeln, aus garniert mit Hirtenpaprika ^{2,4} und Maiskölbchen ⁴ , dazu 2 Scheiben Brot B,G,G1,G2,I • Brennwert: 2866 kJ, 685 kcal	Ein geräuchertes Makrelenfilet mit Waldorfsalat und Preiselbeersahne, dazu ein Baguettebrötchen A,B,E,F,G,G1,G2,G3,H,H1,H3,M • Brennwert: 3335 kJ, 801 kcal 		
Menü 7 Salatplatte	Salatplatte „Italia“ Karotten-, Paprika-, Gurkensalat, Nudelsalat, Blattsalat, mit Tomaten-Mozzarella-Spieß und einem Bio-Vollkornbrötchen DE-ÖKO-006 A,B,C,E,G,G1,M • Brennwert: 2396 kJ, 575 kcal	Salatplatte „Klassik“ Rotkraut-, Karotten-, Gurkensalat, Kartoffelsalat, Blattsalat, mit einem halben Ei und Käse garniert, dazu ein Bio-Vollkornbrötchen DE-ÖKO-006 A,B,C,E,G,G1,M • Brennwert: 3416 kJ, 821 kcal	Salatplatte „Ei“ Karotten-, Roter Rettich-, Gurkensalat und Eiersalat, dazu Blattsalatmischung und ein Bio-Vollkornbrötchen DE-ÖKO-006 A,B,C,E,G,G1,M • Brennwert: 2431 kJ, 569 kcal	Salatplatte „Herbst“ Kürbis-, Zucchini-Mais-, Brokkolisalat, Käsesalat mit Nüssen und Äpfeln, Blattsalat, aus garniert, dazu ein Vollkorn-Kürbisweck A,B,C,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 2314 kJ, 556 kcal	Salatplatte „Balkan“ Weißkraut-, Paprika- und Bohnensalat, bunter Reissalat, Blattsalat, schön garniert, dazu ein Bio-Vollkornbrötchen DE-ÖKO-006 A,B,C,E,G,G1,I,M • Brennwert: 2638 kJ, 630 kcal	Salatplatte „Holländische Art“ Karotten-, Gurken-, Roter Rettich- und Nudelsalat, Blattsalat, mit Käsescheibe garniert, dazu ein Bio-Vollkornbrötchen DE-ÖKO-006 A,B,C,E,G,G1,M • Brennwert: 2686 kJ, 646 kcal	
Beilagen-salat 1	Eisbergsalat mit weißem Dressing A,B,E,M • Brennwert: 450 kJ, 108 kcal	Chinakohl mit Thousand-Island-Dressing A,B,E,M • Brennwert: 355 kJ, 141 kcal	Herbstliche Blattsalatmischung mit weißem Dressing A,B,E,M • Brennwert: 348 kJ, 83 kcal	Weißkrautsalat A,B,E,M • Brennwert: 245 kJ, 59 kcal	Bunter Blattsalatmix mit weißem Dressing A,B,E,M • Brennwert: 432 kJ, 139 kcal	Gemüse-Salat mit Karotten, Erbsen, Mais B • Brennwert: 414 kJ, 99 kcal	
Beilagen-salat 2	Eisbergsalat mit Essig-Öl-Dressing A,B • Brennwert: 283 kJ, 68 kcal	Chinakohl mit Essig-Öl-Dressing A,B • Brennwert: 268 kJ, 108 kcal	Herbstliche Blattsalatmischung mit Essig-Öl-Dressing A,B • Brennwert: 266 kJ, 64 kcal	Weißkrautsalat A,B,E,M • Brennwert: 245 kJ, 59 kcal	Bunter Blattsalatmix mit Essig-Öl-Dressing A,B • Brennwert: 266 kJ, 64 kcal	Gemüse-Salat mit Karotten, Erbsen, Mais B • Brennwert: 414 kJ, 99 kcal	
Dessert	Ein Schokokeks G,G1,M • Brennwert: 591 kJ, 141 kcal	Pfirsich-Kompott Brennwert: 332 kJ, 79 kcal	Kefirdessert „Kirsche“ M • Brennwert: 448 kJ, 108 kcal	Ein Bio-Apple DE-ÖKO-006 Brennwert: 142kJ, 34 kcal	Ein Mini-Kuchen² E,G,G1,H,H1,M • Brennwert: 491 kJ, 117 kcal K: 13g, E: 2g, F: 7g	Mousse au chocolat M • Brennwert: 650 kJ, 155 kcal	Hausgemachter Waldbeeren-Fruchtquark M • Brennwert: 291 kJ, 69 kcal

1= mit Farbstoff, 2 = mit Konservierungsstoff, 3 = mit Geschmacksverstärker, 4 = mit Antioxidationsmittel, 5 = geschwefelt, 6 = geschwärzt, 7 = gewachst, 8 = mit Phosphat, 9 = mit Süßungsmittel, 10 = enthält eine Phenylalanin-Quelle, 11 = kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken B= Zutat aus kontrolliertem Bio-Anbau nach EG-ÖKO Verordnung. ÖKO Kontrollstelle DE-ÖKO-006 A = Sellerie, B = Senf, C = Sesam, D = Erdnüsse, E = Eier, F = Fisch, G = Gluten, G1 = Weizen, G2 = Roggen, G3 = Gerste, G4 = Hafer, H = Schalenfrüchte, H1 = Mandeln, H2 = Haselnüsse, H3 = Walnüsse, H4 = Kaschunüsse, H5 = Pecannüsse, H6 = Paranüsse, H7 = Pistazien, H8 = Macadamianüsse, I = Schwefeldioxid + Sulfite, J = Soja, K = Krebstiere, L = Lupine, M = Milch, Laktose, N = Weichtiere *Enthaltene Allergene können über unsere Bestellhotline erfragt werden. Nährwerte: K = Kohlenhydrate, E = Eiweiß, F = Fett. Abgepackte Desserts siehe Verpackung; * und daraus gewonnene Erzeugnisse - Regelmäßige neutrale Hygienekontrollen durch das BAV-Institut Offenburg. Unsere Frischmenüs sind zum sofortigem Verzehr bestimmt. Druckfehler, Irrtümer und Änderungen vorbehalten.

