

KW 21	Montag 20.05.2019	Dienstag 21.05.2019	Mittwoch 22.05.2019	Donnerstag 23.05.2019	Freitag 24.05.2019	Samstag 25.05.2019	Sonntag 26.05.2019	
Menü 1	Ein paniertes Schnitzel (vom Schwein) dazu Bratensoße mit hausgemachtem Kartoffelpüree, A,E,G,G1,G,M •	Chili con Carne mit Mais, Kidneybohnen, Paprika und Zwiebeln, dazu Langkornreis B,E,G,G1,M • Nährwert: 772 kcal K: 95g, E: 32g, F: 20g 	Rahmgeschnetzeltes vom Schwein mit schwäbischen Eierspätzle E,G,G1,M • Nährwert: 650 kcal K: 78g, E: 37g, F: 20g	Eine Bratwurstschnecke⁸ mit Rotkraut und Salzkartoffeln aus der Region A,B,E,G,G1,M • Nährwert: 716 kcal K: 49g, E: 26g, F: 44g 	Ein gebratenes Hähnchensteak in Paprikasoße, dazu Langkornreis A,E,G,G1 • Nährwert: 656 kcal K: 91g, E: 38g, F: 16g	Rindfleischstreifen „Stroganoff“⁹ mit schwäbischen Eierknöpfe A,B,E,G,G1 • Nährwert: 402 kcal K: 54g, E: 21g, F: 11g	Eine Schweineroulade^{2,4,9} dazu Balkangemüse und Kartoffelpüree A,E,G,G1,M • Nährwert: 643 kcal K: 49g, E: 28g, F: 36g	
Menü 2	Ein Eieromelett gefüllt mit Spargel, Schinken ^{2,4,8} und Gemüse in Rahm, dazu Markgräfer Kartoffeln A,E,G,G1,I,M • Nährwert: 499 kcal K: 50g, E: 23g, F: 19g 	Zigeunertopf⁹ vom „Qualivo-Schwein“ mit Eierteigwaren A,E,G,G1 • Nährwert: 652 kcal K: 76g, E: 40g, F: 20g 	Ein Geflügelspieß „Hawaii“ in fruchtiger Curry-Kokos-Soße, dazu Langkornreis A,B,E,G,G1,J,M • Nährwert: 914 kcal K: 87g, E: 40g, F: 45g	Saftige Schinken-Nudeln^{2,4,8} (vom Hinterschinken), dazu eine Käse-Gemüesoße A,B,E,G,G1,M • Nährwert: 722 kcal K: 47g, E: 33g, F: 17g 	Hausgemachte Kalbfleischbällchen in Rahmsoße, dazu Kartoffelpüree A,E,G,G1,M • Nährwert: 509 kcal K: 48g, E: 34g, F: 20g			
Menü 3	Hähnchenfiletstücke „Toskana“ in fruchtiger Tomatensoße, dazu Zucchini-Gemüse und Eierteigwaren A,E,G,G1 • Nährwert: 529 kcal K: 74g, E: 37g, F: 9g	Puten-Cordon bleu^{1,2,3,4} gefüllt mit Putenschinken und Käse, dazu Risoleekartoffeln A,E,G,G1,M • Nährwert: 548 kcal K: 55g, E: 39g, F: 18g	Rindersauerbraten mit grünen Brechbohnen und 2 Kartoffelknödel A,B,E,G,G1,I • Nährwert: 726 kcal K: 96g, E: 43g, F: 14g	Hühnerfrikassee in Weißweinsoße dazu Langkornreis und Bio-Erbsen DE-ÖKO-006 A,E,G,G1,I,M • Nährwert: 741 kcal K: 91g, E: 43g, F: 21g	Seelachsfilet in Senfsoße, dazu feine Bandnudeln B,E,F,G,G1,M • Nährwert: 730 kcal K: 84g, E: 46g, F: 22g 	3 Stück Topfenpalatschinken (mit Quark und Rosinen gefüllte Pfannkuchen) mit Waldbeerenkompott E,G,G1,M • Nährwert: 650 kcal K: 75g, E: 22g, F: 25g		
Menü 4 vegetarisch	Hausgemachtes Blumenkohl-Curry dazu CousCous G,G1,M • Nährwert: 641 kcal K: 111g, E: 21g, F: 9g	Schupfnudelpfanne mit bunten Gemüsestreifen, dazu Kräuter-Käsesoße A,E,G,G1,M • Nährwert: 591 kcal K: 60g, E: 21g, F: 29g	Vegetarisches Linsengemüse mit Karotten, Lauch und Sellerie, dazu schwäbische Eierspätzle A,E,G,G1 • Nährwert: 726 kcal K: 100g, E: 29g, F: 20g	Möhren-Zucchini-Spaghetti mit vegetarischer Sojabolognese, dazu Reibekäse A,E,G,G1,J,M • Nährwert: 607 kcal K: 104g, E: 26g, F: 9g	Vegetarische Maultaschen mit Ei geschnittene Gemüsemaultaschen mit Rührei gebacken, dazu Tomatensoße A,E,G,G1,M • Nährwert: 606 kcal K: 106g, E: 27g, F: 8g	Allgäuer Käseknöpfe dazu Röstzwiebelsoße E,G,G1,M • Nährwert: 756 kcal K: 64g, E: 35g, F: 40g	Deftiger Gemüseglasch mit frischem Gemüse, dazu Sahnepüree A,E,G,G1,M • Nährwert: 338 kcal K: 47g, E: 24g, F: 6g	
Menü 6 Kaltmenü	Hausgemachter Lyoner-Wurstsalat mit Essiggurken ^{3,4,8,9} garniert, dazu 2 Scheiben Brot A,B,G,G1,G2 • Nährwert: 671 kcal K: 70g, E: 32g, F: 28g 	Ochsenmaulsalat^{2,4,9} mit Essiggurken und Zwiebeln verfeinert, dazu Brot und Butter B,G,G1,G2,M • Nährwert: 659 kcal K: 51g, E: 43g, F: 30g	Hausgemachter Spargelsalat mit bunter Gemüse-Vinaigrette mariniert, dazu ein Brötchen A,B,E,G,G1,G2,G3,M • Nährwert: 378 kcal K: 61g, E: 17g, F: 7g	Schwarzwälder Schäufele^{2,4,8} mit hausgemachtem Kartoffelsalat, mit Essiggurke ⁹ garniert, dazu Portionsseif und eine Scheibe Brot A,B,E,G,G1,G2 • Nährwert: 568 kcal K: 51g, E: 35g, F: 24g 	Heringssalat „Klabautermann“⁹ in leichtem Joghurt-Dressing, mit Rote Bete und Äpfeln, dazu ein Baguettebrötchen B,E,F,G,G1,G2,G3,M • Nährwert: 934 kcal K: 57g, E: 31g, F: 64g 			
Menü 7 Salatplatte	Salatplatte „Klassik“ Kohlrabi-, Rote Bete-, Gurkensalat, Gemüsesalat, Blattsalat, mit einem halben Ei und Käse garniert, dazu ein Bio-Vollkornbrötchen DE-ÖKO-006 A,B,C,E,G,G1,H,H1, H2,M • Nährwert: 805 kcal K: 58g, E: 28g, F: 51g	Salatplatte „Mediterran“^{2,4} Karotten-, Zucchini-, grüner Bohnensalat, Frischgemüse- Fenchelsalat, Blattsalat, mit Zwiebeln garniert, dazu ein Bio- Vollkornbrötchen DE-ÖKO-006 A,B,C,E,F,G,G1,I,M • Nährwert: 646 kcal K: 52g, E: 20g, F: 38g	Salatplatte „Kreta“^{2,6,9} Karotten-, Weißkraut-, Zucchini-salat, griechischer Bauernsalat, Blattsalat, einem gefülltem Weinblatt, dazu ein Bio-Vollkornbrötchen DE-ÖKO-006 A,B,C,E,G,G1,M • Nährwert: 606 kcal K: 55g, E: 18g, F: 33g	Salatplatte „Ei“ Karotten-, Roter Rettich-, Gurkensalat und Eiersalat, dazu Blattsalatmischung und ein Bio-Vollkornbrötchen DE- ÖKO-006 A,B,C,E,G,G1,M • Nährwert: 569 kcal K: 55g, E: 16g, F: 30g	Salatplatte „Friesland“ Karotten-, Weißkraut-, Gurkensalat, dazu Kartoffel-Gemüsesalat, Blattsalat, mit einem Ei garniert dazu ein Bio- Vollkornbrötchen DE-ÖKO-006 A,B,C,E,F,G,G1,M • Nährwert: 640 kcal K: 50g, E: 19g, F: 38g	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 • Nährwert: 575 kcal K: 49g, E: 20g, F: 33g		
Beilagen- salat 1	Hausgemachter Karottensalat B • Nährwert: 61 kcal K: 4g, E: 1g, F: 4g	Blattsalatmischung mit weißem Dressing A,B,E,M • Nährwert: 179 kcal K: 3g, E: 1g, F: 18g	Roter Rettichsalat A,B,E,M • Nährwert: 72 kcal K: 3g, E: 1g, F: 6g	Blattsalat-Mix mit Joghurt-Dressing A,B,E,M • Nährwert: 19 kcal K: 1g, E: 1g, F: 1g	Endiviensalat-Mischung „Julia“ mit weißem Dressing A,B,E,M • Nährwert: 105 kcal K: 2g, E: 1g, F: 10g	Eisbergsalat mit weißem Dressing A,B,E,M • Nährwert: 181 kcal K: 4g, E: 1g, F: 18g		
Beilagen- salat 2	Hausgemachter Karottensalat B • Nährwert: 61 kcal K: 4g, E: 1g, F: 4g	Blattsalatmischung mit Essig-Öl-Dressing B • Nährwert: 105 kcal K: 0,7g, E: 1g, F: 10g	Roter Rettichsalat A,B,E,M • Nährwert: 72 kcal K: 3g, E: 1g, F: 6g	Blattsalat-Mix mit Essig-Öl-Dressing B • Nährwert: 106 kcal K: 1g, E: 1g, F: 10g	Endiviensalat-Mischung „Julia“ mit Essig-Öl-Dressing B • Nährwert: 65 kcal K: 0,7g, E: 0,8g, F: 6g	Eisbergsalat mit Essig-Öl-Dressing B • Nährwert: 107 kcal K: 1g, E: 1g, F: 11g		
Dessert	Froop Joghurtzubereitung mit Fruchtピューree ¹ M • Nährwert: 106 kcal K: 17g, E: 4g, F: 2g	Vanillepudding M • Nährwert: 120 kcal K: 18g, E: 4g, F: <4g	Bio-Apfel DE-ÖKO-006 E,M • Nährwert: 126 kcal K: 20g, E: 4g, F: 3g	Ein Gebäckstück E,G,G1,M • Nährwert: 141 kcal K: 18g, E: 2g, F: 7g	Buttermilchdessert „Limette-Zitrone“ M • Nährwert: 134 kcal K: 22g, E: 3g, F: 4g	Hausgemachter Birnenquark M • Nährwert: 70 kcal K: 7g, E: 9g, F: 0,4g	Ein Mini-Kuchen E,G,G1,J,M • Nährwert: 130 kcal K: 14g, E: 2g, F: 7g	

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 + Sulfit, 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 sofortigen Verzehr bestimmt. Druckfehler, Irrtümer und Änderungen vorbehalten.

