

# KW 28 vom 08.07.- 14.07.2019

KW 28	Montag 08.07.2019	Dienstag 09.07.2019	Mittwoch 10.07.2019	Donnerstag 11.07.2019	Freitag 12.07.2019	Samstag 13.07.2019	Sonntag 14.07.2019	
<b>Menü 1</b>	<b>Geflügel-Paprika-Topf</b> herzhafter Gulasch von der Pute mit Paprika und Zwiebeln, dazu Langkornreis A,E,G,G1,M* Brennwert: 2586 kJ, 618 kcal	<b>Frisch gebackener Fleischkäse<sup>2,4</sup></b> mit grünen Bohnen, dazu Kartoffel-Karottenpüree A,B,E,G,G1,M* Brennwert: 2169 kJ, 546 kcal 	<b>Kartoffel-Kohlrabi-Eintopf</b> mit Kartoffeln, Schmand, frischer Petersilie, dazu ein Paar Rauchwürste <sup>2,4</sup> und ein Mohnbrötchen A,B,E,G,G1,G3,M* Brennwert: 3789 kJ, 905 kcal 	<b>3 Eierpfannkuchen</b> mit herzhafter Fleisch-Gemüesoße A,E,G,G1,M* Brennwert: 2252 kJ, 538 kcal 	<b>Pfefferkrustenbraten vom Schwein</b> mit Leipziger Allerlei und Kartoffelknödel A,B,E,G,G1,M* Brennwert: 3041 kJ, 726 kcal 	<b>Eine Wirsingroulade</b> (mit Hackfleisch gefüllt) in Zwiebel-Specksoße <sup>2,4</sup> , dazu Salzkartoffeln A,B,E,G,G1,M* Brennwert: 2442 kJ, 583 kcal 	<b>Lammgulasch „Provencale“</b> mit mediterranen Kräutern und Tomaten, dazu Bohnengemüse und Sahnepüree A,E,G,G1,I,M* Brennwert: 1805 kJ, 431 kcal	
<b>Menü 2</b>	<b>„NEU“: Kassler Roulade<sup>2,4,8</sup> „NEU“</b> vom regionalen Metzger, gefüllt mit Senf und Zwiebeln, dazu Wirsinggemüse und Kartoffeln A,B,E,G,G1,M* Brennwert: 2631 kJ, 629 kcal 	<b>Eine süße Dampfnudel</b> mit heißem Aprikosenkompott und Vanillesoße E,G,G1,M* Brennwert: 1307 kJ, 312 kcal	<b>Ein Schweinerückensteak</b> in Bratensoße, dazu Zucchini- und Risoleekartoffeln A,E,G,G1* Brennwert: 1512 kJ, 361 kcal	<b>Spaghetti „Napoli“</b> mit Tomaten-Basilikum-Soße, dazu Reibekäse E,G,G1,M* Brennwert: 2456 kJ, 587 kcal	<b>Eine hausgemachte Geflügelfrikadelle</b> , in Geflügelrahmsoße, dazu Gabelspaghetti A,E,G,G1,G2,G3,M* Brennwert: 2293 kJ, 548 kcal			
<b>Menü 3</b>	<b>Kalbsrahmbraten</b> in Champignonrahmsoße, dazu schwäbische Eierspätzle A,E,G,G1,M* Brennwert: 2644 kJ, 631 kcal	<b>Putengeschnetzeltes</b> in Paprikasoße, dazu Eierteigwaren A,E,G,G1* Brennwert: 2414 kJ, 577 kcal	<b>Ein Hähnchenbrustfilet</b> in Orangensoße, dazu Brokkoliröschen und Mandelreis A,E,G,G1,H,H1* Brennwert: 2538 kJ, 606 kcal	<b>Ein Cordon bleu vom Schwein<sup>1,2,4</sup></b> mit Bratensoße, dazu Zahners Kartoffelpüree A,E,G,G1,M* Brennwert: 2172 kJ, 519 kcal	<b>Fischroulade „Gärtnerin Art“</b> in Weißweinsauce, dazu Schnittlauchkartoffeln A,F,G,G1,I,M* Brennwert: 1974 kJ, 471 kcal	<b>Sahniger Milchreis</b> dazu heißes Himbeerkompott G,G1,M* Brennwert: 1780 kJ, 425 kcal		
<b>Menü 4 vegetarisch</b>	<b>Spätzle-Gemüsepfanne</b> mit frischem Gemüse, Pilzen und feinen Kräutern, dazu vegetarische Rahmsoße A,E,G,G1,M* Brennwert: 1908 kJ, 446 kcal	<b>Eine Frühlingsrolle</b> mit Gemüse gefüllt, dazu Sojasoße und Reis A,B,E,G,G1,J,M* Brennwert: 2605 kJ, 622 kcal	<b>4 Stück vegetarische Maultaschen</b> im Wurzelgemüsesud, dazu hausgemachter Kartoffelsalat und eine Scheibe Brot A,B,E,G,G1,G2,M* Brennwert: 2515 kJ, 601 kcal	<b>Penne mit Blattspinat</b> mit einer Walnuss-Birnen-Soße E,G,G1,H,H3,I,M* Brennwert: 3211 kJ, 767 kcal	<b>Ravioli „Formaggio“</b> mit Käse gefüllt und Kräutern mariniert, dazu fruchtige Tomatensoße E,G,G1,M* Brennwert: 3154 kJ, 753 kcal	<b>2 Emmentaler Käsesteaks</b> aus herzhaftem Emmentaler und Mozzarellakäse, dazu Röstgemüesoße und Kartoffeln G,G1,M* Brennwert: 3088 kJ, 738 kcal	<b>Vegetarischer Gulasch „Provencale“</b> mit Tomaten und franz. Gemüse, dazu grüne Bohnen und Sahnepüree A,E,G,G1,J,M* Brennwert: 1673 kJ, 400 kcal	
<b>Menü 6 Kaltmenü</b>	<b>Mild geräucherte Putenbrust<sup>2,4</sup></b> mit einer Rohkostsalatmischung, Meerrettich und einem Bio-Vollkornbrötchen DE-ÖKO-006 A,B,E,G,G1,G2,I,M* Brennwert: 1940 kJ, 463 kcal	<b>Hausgemachter Fleischsalat<sup>2,3,4,8,9</sup></b> mit Essiggurke und Ei garniert, dazu 2 Scheiben Brot A,B,E,G,G1,G2,M* Brennwert: 4060 kJ, 967 kcal 	<b>Frischgemüse-Käse-Wrap</b> 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	<b>Rindfleischsalat „Ungarisch“</b> mit Paprika, Essiggurken <sup>9</sup> und Zwiebeln, ausgarniert mit Hirtenpaprika <sup>2,4</sup> und Maiskölbchen <sup>4</sup> , dazu 2 Scheiben Brot B,G,G1,G2,I* Brennwert: 2868 kJ, 685 kcal	<b>Ein geräuchertes Makrelenfilet</b> mit Waldorfsalat und Preiselbeersahne, dazu ein Baguettebrötchen A,B,E,F,G,G1,G2,G3,H,H1,H3,M* Brennwert: 3353 kJ, 801 kcal 			
<b>Menü 7 Salatplatte</b>	<b>Salatplatte „Italia“</b> 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	<b>Salatplatte „Klassik“</b> Weißkraut-, Rote Bete-, Gurkensalat, Nudelsalat, 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* Brennwert: 3370 kJ, 805 kcal	<b>Salatplatte „Ei“</b> 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	<b>Salatplatte „Friesland“</b> 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* Brennwert: 2364 kJ, 640 kcal	<b>Salatplatte „Balkan“</b> Weißkraut-, Roter Rettich- und Bohnensalat, bunter Reissalat, Blattsalat, schön garniert, dazu ein Bio-Vollkornbrötchen DE-ÖKO-006 A,B,C,E,G,G1,I,M* Brennwert: 2571 kJ, 614 kcal	<b>Salatplatte „Holländische Art“</b> Karotten-, Gurken-, Tomatensalat, Nudelsalat, Blattsalat, mit Käsescheibe garniert, dazu ein Bio-Vollkornbrötchen DE-ÖKO-006 A,B,C,E,G,G1,M* Brennwert: 2571 kJ, 614 kcal		
<b>Beilagensalat 1</b>	<b>Eisbergsalat</b> mit weißem Dressing A,B,E,M* Brennwert: 450 kJ, 108 kcal	<b>Chinakohl</b> mit Thousand-Island-Dressing A,B,E,M* Brennwert: 355 kJ, 141 kcal	<b>Sommerlicher Blattsalat</b> mit weißem Dressing A,B,E,M* Brennwert: 348 kJ, 83 kcal	<b>Zucchini-Mais-Salat</b> A,B,E,M* Brennwert: 255 kJ, 62 kcal	<b>Bunter Blattsalatmix</b> mit weißem Dressing A,B,E,M* Brennwert: 432 kJ, 139 kcal	<b>Frisch-Gemüse-Salat</b> mit Karotten, Fenchel, Zucchini B* Brennwert: 414 kJ, 99 kcal		
<b>Beilagensalat 2</b>	<b>Eisbergsalat</b> mit Essig-Öl-Dressing A,B* Brennwert: 283 kJ, 68 kcal	<b>Chinakohl</b> mit Essig-Öl-Dressing A,B* Brennwert: 268 kJ, 108 kcal	<b>Sommerlicher Blattsalat</b> mit Essig-Öl-Dressing A,B* Brennwert: 266 kJ, 64 kcal	<b>Zucchini-Mais-Salat</b> A,B,E,M* Brennwert: 255 kJ, 62 kcal	<b>Bunter Blattsalatmix</b> mit Essig-Öl-Dressing A,B* Brennwert: 266 kJ, 64 kcal	<b>Frisch-Gemüse-Salat</b> mit Karotten, Fenchel, Zucchini B* Brennwert: 414 kJ, 99 kcal		
<b>Dessert</b>	<b>Ein Schokokeks</b> G,G1,M* Brennwert: 591 kJ, 141 kcal	<b>Pfirsich-Kompott</b> Brennwert: 332 kJ, 79 kcal	<b>Dessertcreme „Melone“</b> M* Brennwert: 678 kJ, 161 kcal	<b>Ein Bio-Apfel DE-ÖKO-006</b> Brennwert: 152 kJ, 34 kcal	<b>Ein Mini-Kuchen<sup>2</sup></b> E,G,G1,H,H1,M* Brennwert: 491 kJ, 117 kcal K: 13g, E: 2g, F: 7g	<b>Mousse au chocolat</b> M* Brennwert: 650 kJ, 155 kcal	<b>Hausgemachter Brombeer-Fruchtquark</b> M* Brennwert: 305 kJ, 66 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 + Sulfit, J = Soja, K = Krebstiere, L = Lupine, M = Milch, Laktose, N = Weichtiere \*Enthaltene Allergene können über unsere Bestellhotline erfragt werden. Brennwert: 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.

