

KW 43	Montag 21.10.2019	Dienstag 22.10.2019	Mittwoch 23.10.2019	Donnerstag 24.10.2019	Freitag 25.10.2019	Samstag 26.10.2019	Sonntag 27.10.2019	
<b>Menü 1</b>	<b>Köttbullar in Rahmsoße</b> (kleine Fleischbällchen) dazu Eierteigwaren  A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 2884 kJ, 689 kcal 	<b>Putengulasch</b> in Kräuterrahmsoße, dazu Langkornreis  A,E,G,G1,M • Brennwert: 2696 kJ, 644 kcal 	<b>Rigatoni „alla Calabrese“</b> mit Putenschinken <sup>2,4,8</sup> -Tomatensoße, dazu Reibekäse  A,B,G,G1,M • Brennwert: 2855 kJ, 682 kcal 	<b>Pikanter Wurstgulasch</b> Fleischwurstwürfel <sup>2,4</sup> mit Zwiebeln, Bohnen und Paprika, dazu 2 Kartoffelknödel  A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 2638 kJ, 630 kcal 	<b>Kartoffel-Möhren-Eintopf</b> mit einem Paar Rauchwürste <sup>2,4</sup> , dazu ein Sesambrötchen  A,B,C,E,G,G3,M • Brennwert: 3789 kJ, 905 kcal 	<b>Geflügelroulade „Magrit“</b> dazu Brokkoliröschen und Risoleekartoffeln  A,E,G,G1,M • Brennwert: 2119 kJ, 506 kcal	<b>Zartes Schweinefilet</b> in Calvadosrahmsoße <sup>1</sup> , dazu Herbstgemüse und Eierknöpfe  A,E,G,G1,M • Brennwert: 2278 kJ, 544 kcal	
<b>Menü 2</b>	<b>Überbackene Zucchini</b> mit Rindfleisch-Bolognese, Gemüse und Käse überbacken, dazu hausgemachtes Zwiebelpüree  A,E,G,G1,M • Brennwert: 1918 kJ, 458 kcal	<b>Hausgemachte Leberknödel</b> in Zwiebelsoße, dazu Sauerkraut und hausgemachtes Kartoffelpüree  A,E,G,G1,I,M • Brennwert: 2227 kJ, 532 kcal  	<b>Luftiger Kaiserschmarrn</b> mit Zimtucker bestreut, dazu heiße Vanillesoße  E,G,G1,M • Brennwert: 3555 kJ, 849 kcal	<b>Herzhafte Käseknöpfe</b> mit Emmentaler Käse und Röstzwiebeln verfeinert, dazu Rosenkohl und vegetarische Soße  E,G,G1,M • Brennwert: 2767 kJ, 661 kcal	<b>Ein gegrilltes Hähnchensteak</b> in Geflügelsoße, dazu Mais- Erbsengemüse und Langkornreis  A,E,G,G1 • Brennwert: 2366 kJ, 565 kcal			
<b>Menü 3</b>	<b>Kalbsfrikassee</b> mit Champignons, in Weißweinsauce, dazu Gemüserais  A,E,G,G1,I,M • Brennwert: 2571 kJ, 614 kcal	<b>Eine Rinderroulade</b> mit Brät gefüllt <sup>2,4</sup> , in Rotweinsauce, dazu grüne Bohnen und badische Eierknöpfe  A,B,G,G1,I,M • Brennwert: 2433 kJ, 581 kcal 	<b>Schmorbraten vom Rind</b> mit Rotkraut und Kartoffelpüree  A,B,G,G1,M • Brennwert: 2014 kJ, 481 kcal	<b>Badisches Ochsenfleisch</b> in Meerrettichsoße <sup>4</sup> , dazu Salzkartoffeln  A,E,G,G1,I,M • Brennwert: 2416 kJ, 577 kcal	<b>Seelachsfilet „natur“</b> im Wurzelgemüsebett, dazu Rieslingsauce und feine Kräuter-Bandnudeln  A,B,E,F,G,G1,I,M • Brennwert: 2763 kJ, 660 kcal 	<b>Hausgemachter Sahnegrießbrei</b> dazu heiße Schattenmorellen  G,G1,M • Brennwert: 1616 kJ, 386 kcal		
<b>Menü 4</b> vegetarisch	<b>2 Bio-Karotten-Vollkornrösti</b> <b>DE-ÖKO-006</b> mit Röstgemüsesauce, dazu Kartoffelpüree  A,E,G,G1,G4,M • Brennwert: 2353 kJ, 562 kcal	<b>Vegetarische Gyrosplatte</b> mit Zwiebeln und Paprika in Metaxasauce, dazu Langkornreis  A,B,E,G,G1,I,M • Brennwert: 2273 kJ, 543 kcal	<b>Ein Eieromelett</b> mit Wirsing a la creme, dazu Kräuterkartoffeln  E,G,G1,M • Brennwert: 1851 kJ, 442 kcal	<b>2 Maispfannkuchen</b> mit Kürbis, Kohlrabi und Pastinaken a la creme  E,G,G1,M • Brennwert: 2939 kJ, 702 kcal	<b>Ein Gemüseschnitzel</b> dazu Röstgemüsesauce und Vollkornnudeln  A,E,G,G1 • Brennwert: 2713 kJ, 648 kcal	<b>Vegetarische Canneloni</b> in Tomatensoße, mit Käse überbacken  E,G,G1,M • Brennwert: 2319 kJ, 554 kcal	<b>Knöpfe-Pfanne</b> mit buntem Herbstgemüse, dazu vegetarische Rahmsoße  A,E,G,G1,M • Brennwert: 2047 kJ, 489 kcal	
<b>Menü 6</b> Kaltmenü	<b>Fleischsalat „Balkan Art“<sup>2,3,4,8,9</sup></b> mit Zwiebeln, Essiggurken und Paprika, dazu 2 Scheiben Brot  A,B,E,G,G1,G2,M • Brennwert: 4015 kJ, 959 kcal 	<b>Nudelsalat „Holländische Art“</b> mit Käsestreifen, Gurken und Tomaten, dazu 2 Scheiben Brot  B,E,G,G1,G2,M • Brennwert: 3906 kJ, 933 kcal	<b>Gemischte Bratenplatte<sup>2,3,4,9</sup></b> mit Remouladensoße, 2 Scheiben Brot und Butter  A,B,E,G,G1,G2,M • Brennwert: 4137 kJ, 988 kcal  	<b>Lyoner Wurstsalat<sup>2,3,4,8,9</sup></b> „nach Art des Hauses“ mit Gurken, Tomaten und Zwiebeln, dazu 2 Scheiben Brot  A,B,G,G1,G2 • Brennwert: 3609 kJ, 862 kcal 	<b>Krabbensalat<sup>1,4,8</sup></b> in Cocktailsoße, mit Ananas garniert, dazu ein Baguettebrötchen  B,E,G,G1,G2,G3,I,K,M • Brennwert: 2889 kJ, 690 kcal			
<b>Menü 7</b> Salatplatte	<b>Salatplatte „Herbst“</b> Kürbis-, Zucchini-Mais-, Brokkolisalat, Käsesalat mit Nüssen und Äpfeln, Blattsalat, aus garniert, dazu ein Bio-Vollkornbrötchen DE-ÖKO-006  A,B,C,E,G,G1,M • Brennwert: 2516 kJ, 601 kcal	<b>Salatplatte „China“</b> Karotten-, Weißkraut-, Brokkolisalat, Glasnudelsalat, Blattsalat, mit Mini- Frühlingsrollen garniert, dazu ein Bio- Vollkornbrötchen DE-ÖKO-006  A,B,C,E,G,G1,M • Brennwert: 2782 kJ, 668 kcal	<b>Salatplatte „Kreta“<sup>2,6,9</sup></b> Karotten-, Weißkraut-, Zuchinisalat, griechischer Bauernsalat, Blattsalat, einem gefülltem Weinblatt, dazu ein Bio-Vollkornbrötchen DE-ÖKO-006  A,B,C,E,G,G1,M • Brennwert: 2537 kJ, 606 kcal	<b>Salatplatte „Mediterran“<sup>2,4</sup></b> Karotten-, Zucchini-, grüner Bohnen-, Fenchelsalat, Blattsalat, mit Zwiebeln garniert, dazu ein Bio-Vollkornbrötchen DE-ÖKO-006  A,B,C,E,F,G,G1,I,M • Brennwert: 2117 kJ, 506 kcal	<b>Salatplatte „Klassik“</b> 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,H,H1,H2,M • Brennwert: 3370 kJ, 805 kcal	<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>Beilagen- salat 1</b>	<b>Blattsalatsmischung „Julia“</b> mit weißem Dressing  A,B,E,M • Brennwert: 440 kJ, 105 kcal	<b>Karotten-Mais-Salat</b>  B • Brennwert: 201 kJ, 48 kcal	<b>Blattmix-Salat</b> mit weißem Dressing  A,B,E,M • Brennwert: 358 kJ, 86 kcal	<b>Rote Bete-Salat<sup>9</sup></b>  Brennwert: 117 kJ, 28 kcal	<b>Eisbergsalat</b> mit weißem Dressing  A,B,E,M • Brennwert: 452 kJ, 108 kcal	<b>Lollo-Mix-Salat</b> mit weißem Dressing  A,B,E,M • Brennwert: 432 kJ, 103 kcal		
<b>Beilagen- salat 2</b>	<b>Blattsalatsmischung „Julia“</b> mit Essig-Öl-Dressing  B • Brennwert: 276 kJ, 66 kcal	<b>Karotten-Mais-Salat</b>  B • Brennwert: 201 kJ, 48 kcal	<b>Blattmix-Salat</b> mit Essig-Öl-Dressing  B • Brennwert: 276 kJ, 66 kcal	<b>Rahm-Gurkensalat</b> mit Dill verfeinert  A,B,E,M • Brennwert: 353 kJ, 84 kcal	<b>Eisbergsalat</b> mit Essig-Öl-Dressing  B • Brennwert: 285 kJ, 68 kcal	<b>Lollo-Mix-Salat</b> mit Essig-Öl-Dressing  B • Brennwert: 266 kJ, 64 kcal		
<b>Dessert</b>	<b>Kefir-Dessert „Orange“</b> M • Brennwert: 306 kJ, 73 kcal	<b>Eine Portion Apfelmus<sup>4</sup></b>  Brennwert: 345 kJ, 83 kcal	<b>Ein Gebäckstück</b> E,G,G1,M • Brennwert: 591 kJ, 141 kcal	<b>Eine Birne</b>  Brennwert: 152 kJ, 36 kcal	<b>Froop Joghurtzubereitung</b> mit Fruchtsoße <sup>1</sup>  M • Brennwert: 444 kJ, 106 kcal	<b>Ein Mini-Kuchen<sup>2</sup></b> E,G,G1,H,H1,M • Brennwert: 491 kJ, 117 kcal	<b>Grießbraun-Dessert</b> G,G1,M • Brennwert: 683 kJ, 163 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. 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.

