

KW 44	Montag 28.10.2019	Dienstag 29.10.2019	Mittwoch 30.10.2019	Donnerstag 31.10.2019	Freitag 01.11.2019	Samstag 02.11.2019	Sonntag 03.11.2019	
<b>Menü 1</b>	<b>Eine Kohlroulade</b> in deftiger Zwiebel-Specksoße <sup>2,4</sup> , dazu selbstgemachtes Kartoffel-Kürbispüree A,E,G,G1,M • Brennwert: 2583 kJ, 617 kcal 	<b>Kürbis-Eintopf</b> mit Kartoffeln, Möhren und Wurstscheiben <sup>2,4,8</sup> , dazu ein Kürbiskernbrötchen A,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 3316 kJ, 792 kcal 	<b>Pfeffersteak „Madagaskar“</b> in grüner Pfefferrahmsoße <sup>4</sup> , dazu Eierteigwaren E,G,G1,M • Brennwert: 2592 kJ, 619 kcal 	<b>Ein hausgemachtes Kräuterhacksteak</b> dazu Kohlrabigemüse und Kartoffelpüree E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 1972 kJ, 471 kcal  	<b>Rindergeschnetzeltes</b> in Thymiansoße, dazu schwäbische Eierspätzle A,B,E,G,G1 • Brennwert: 2491 kJ, 595 kcal	<b>3 Maultaschen</b> mit Zwiebel-Speck <sup>2,4</sup> -Schmelze verfeinert, dazu Bratensoße und hausgemachtem Kartoffelsalat A,B,E,G,G1 • Brennwert: 4145 kJ, 990 kcal 	<b>Gegrillte Geflügelbrust</b> in Geflügelsoße, dazu buntes Gemüse und Sahnepüree A,E,G,G1,M • Brennwert: 1629 kJ, 389 kcal	
<b>Menü 2</b>	<b>1 Paar Geflügelbratwürste<sup>2,4</sup></b> dazu Apfelrotkraut und Kartoffeln aus der Region A,B,G,G1,I • Brennwert: 2617 kJ, 625 kcal	<b>Kassler Rückenbraten<sup>2,4</sup></b> auf Ananaskraut, dazu hausgemachtes Kartoffelpüree A,E,G,G1,M • Brennwert: 1528 kJ, 365 kcal 	<b>3 Eier in Spinatsoße</b> dazu mediterrane Kräuterkartoffeln E,G,G1,M • Brennwert: 2579 kJ, 616 kcal	<b>Penne „Carbonara“<sup>2,4</sup></b> mit würziger Schinken-Sahne-Soße E,G,G1,M • Brennwert: 3052 kJ, 729 kcal 	<b>!! Allerheiligen !!</b>  <b>Die Feiertagsmenüs werden am Donnerstag zum Aufwärmen ausgeliefert</b>			
<b>Menü 3</b>	<b>Hähnchenpfanne „Zingara“</b> Filetstücke in Puszta-Soße <sup>9</sup> , dazu Balkangemüse und Langkornreis A,E,G,G1 • Brennwert: 2771 kJ, 662 kcal	<b>Putengeschnetzeltes „Mailänder Art“</b> dazu Fusilli-Teigwaren A,E,G,G1 • Brennwert: 2441 kJ, 583 kcal	<b>Römerbraten vom Rind</b> in Rotwein-Pflaumensoße, dazu grüne Bohnen und 2 Stück Semmelknödel A,B,E,G,G1,I,M • Brennwert: 2386 kJ, 570 kcal	<b>Frisch gebackener Putenfleischkäse<sup>2,4</sup></b> mit Rahmspinat und Risoleekartoffeln A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 2638 kJ, 630 kcal	<b>Die Bestellungen für Freitag müssen bis Montag 28.10.2019 erfolgen</b>		<b>Badische Apfelküchle</b> mit Zimtucker bestreut, dazu Vanillesoße E,G,G1,M • Brennwert: 2462 kJ, 588 kcal	
<b>Menü 4 vegetarisch</b>	<b>Ravioli „Formaggio“</b> mit Kräutern abgeschmelzt, dazu fruchtige Tomatensoße E,G,G1,M • Brennwert: 2981 kJ, 712 kcal	<b>Veggie-Schnitzel „Wiener Art“</b> mit Röstgemüesoße und Kartoffelpüree E,G,G1,J,M • Brennwert: 2918 kJ, 697 kcal	<b>Steinpilz-Reispfanne</b> mit knackigem Ratatouille- Kürbisgemüse, dazu Rucolasoße G,G1,M • Brennwert: 2244 kJ, 536 kcal	<b>Vollkorn-Spaghetti</b> mit einer würzigen Möhren-Kürbis-Bolognese A,E,G,G1,J • Brennwert: 2315 kJ, 533 kcal	<b>Vegetarische Hackbällchen</b> aus Soja und Weizen, in Gemüserahmsoße, dazu Sesamreis A,C,E,G,G1,J,M • Brennwert: 3852 kJ, 920 kcal	<b>Hausgemachte Kürbis-Lasagne</b> mit bunten Gemüsestreifen und Käse überbacken A,E,G,G1,M • Brennwert: 2366 kJ, 565 kcal	<b>Eine vegetarische Paprikaschote</b> in Röstzwiebelsoße, dazu Sahnepüree A,B,E,G,G1,J,M • Brennwert: 2223 kJ, 531 kcal	
<b>Menü 6 Kaltmenü</b>	<b>Elsässer Wurstsalat<sup>2,3,4,8,9</sup></b> mit Käse, Gurken und Tomaten, dazu 2 Scheiben Brot A,B,G,G1,G2,M • Brennwert: 3814 kJ, kcal 911 	<b>Bunter Melonensalat</b> dazu gibt es Schwarzwälder Schinkenspeck <sup>2,4</sup> in Scheiben und ein Weißbrotbaguette A,B,G,G1,G2,G3 • Brennwert: 2072 kJ, 495 kcal 	<b>Hähnchen-Nuggets</b> paniert, mit gemischten Salaten, dazu Ketchup <sup>9</sup> und ein Brötchen A,B,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 2286 kJ, 546 kcal	<b>„Schlemmersalat“<sup>2,3,4,8,9</sup></b> mit Kassler Streifen, Kürbis, Mais, Paprika und Lauchstreifen in Sauerrahmdressing, dazu Brot und Butter A,B,E,G,G1,G2,M • Brennwert: 3810 kJ, 910 kcal 				
<b>Menü 7 Salatplatte</b>	<b>Salatplatte „Holländische Art“</b> Karotten-, Gurken-, Radieschensalat, Nudelsalat, Blattsalat, mit Käsescheibe garniert, dazu ein Bio-Vollkornbrötchen DE-ÖKO-006 A,B,C,E,G,G1,M • Brennwert: 2636 kJ, 630 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: 2638 kJ, 630 kcal	<b>Salatplatte „Herbst“</b> Kürbis-, Zucchini-Mais-,Brokkolisalat, Käsesalat mit Nüssen und Äpfeln, Blattsalat, ausgarniert, dazu ein Bio-Vollkornbrötchen DE-ÖKO-006 A,B,C,E,G,G1,M • Brennwert: 2516 kJ,601 kcal	<b>„Farmer“-Salatplatte</b> Blumenkohlsalat, Paprika-, Gurken- und Mais-Kidneybohnen-salat, Blattsalat, schön ausgarniert, dazu ein Bio-Vollkornbrötchen DE-ÖKO-006 A,B,C,E,G,G1,M • Brennwert: 2541 kJ, 607 kcal		<b>Salatplatte „Ei“</b> Karotten-, Rotkraut-, Gurkensalat und Eiersalat, dazu Blattsalatmischung und einem Bio-Vollkornbrötchen DE- ÖKO-006 A,B,C,E,G,G1,M • Brennwert: 2431 kJ, 569 kcal		
<b>Beilagen- salat 1</b>	<b>Hausgemachter Weißkrautsalat</b> B • Brennwert: 239 kJ, 57 kcal	<b>Endiviensalat</b> mit weißem Dressing A,B,E,M • Brennwert: 435 kJ, 104 kcal	<b>Chinakohl</b> mit Senf-Dressing A,B,E,M • Brennwert: 352 kJ, 84 kcal	<b>Eisbergsalat</b> mit weißem Dressing A,B,E,M • Brennwert: 108 kcal	<b>Hausgemachter Karottensalat</b> B • Brennwert: 205 kJ, 49 kcal	<b>Salatmischung „Ida“</b> mit Joghurt-Dressing A,B,E,M • Brennwert: 347kJ, 83 kcal		
<b>Beilagen- salat 2</b>	<b>Hausgemachter Weißkrautsalat</b> B • Brennwert: 239 kJ, 57 kcal	<b>Endiviensalat</b> mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 268 kJ, 64 kcal	<b>Chinakohl</b> mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 285 kJ, 68 kcal	<b>Eisbergsalat</b> mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 68 kcal	<b>Hausgemachter Karottensalat</b> B • Brennwert: 205 kJ, 49 kcal	<b>Salatmischung „Ida“</b> mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 283 kJ, 64 kcal		
<b>Dessert</b>	<b>Eine Pflaume</b> Brennwert: 178kJ, 43 kcal	<b>Fruchtjoghurt</b> M • Brennwert: 486 kJ, 116 kcal	<b>Bananenquark</b> M • Brennwert: 519 kJ, 124 kcal	<b>Ein Apfel</b> Brennwert: 152kJ, 36 kcal	<b>Ein Gebäckstück</b> E,G,G1,M • Brennwert: 591 kJ, 141 kcal	<b>3-fach Puddingstrudel-Dessert<sup>1</sup></b> M • Brennwert: 691 kJ, 165 kcal	<b>Buttermilch-Dessert</b> M • Brennwert: 372 kJ, 89 kcal	



**Aktionswoche**  
**!! Kürbis-Woche !!**

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 sofortigen Verzehr bestimmt. Druckfehler, Irrtümer und Änderungen vorbehalten.

