



Volkssolidarität
Essen auf Rädern

DE
TH 03515
EG

SPEISENPLAN für die Woche vom 20.03. - 26.03.2023

Clara-Zetkin-Straße 50

99867 Gotha

Tel: 03621 / 3199354 Fax: 5045538

12. Woche

Kundenname:
Tour:



MENÜ 1 (auch als Mini) (ohne Kennzeichnung)

MENÜ 2 (rot gekennzeichnet)

MENÜ 3 Schonkost (schwarz gekennzeichnet)

20.03. Mo
Hühnersuppeintopf
mit Reis und feinem Gemüse
dazu 1 Brötchen, Dessert a1,G,C

Hähnchenschnitte „Cordon Bleu“
mit Käse und Schinken gefüllt Soße
Erbsengemüse, Kartoffeln, Dessert a1,C,G,I,J

Gekochtes Rindfleisch
mit Dillsoße 10 dazu Boullion-
Kartoffeln, Dessert a1,C,F,G,I,J 3,0 BE
Eiw. 31, Fett 24, KH 38, KJ 2199, Kcal 525

Allergene:
A = Gluten
a1 = Weizen, a2 Roggen
a3 Gerste, a4 Hafer
B = Krebstiere
C = Eier

21.03. Di
Panierte Jagdwurst 2,4,9
mit Tomatensoße, dazu Spiralen, Eisbergsalat
Dressing a1,G,I,J

Thüringer Bratwurst
mit Soße, Mischgemüse und Salzkartoffeln
a1,C,G,I,J

Pikantes Eierragout
mit Senfsoße 5, dazu Petersilien-
Kartoffeln, Rote-Beete, 5 a1,C,F,I,J,3,0 BE
Eiw. 32, Fett 16, KH 38, KJ 2017, Kcal 485

D = Fisch;
E = Erdnüsse
F = Soja
G = Laktose
H1 = Mandeln,
h2 Haselnüsse
h3 Walnüsse

22.03. Mi
Griesflammerie
mit Zucker, Zimt und Pflirsichwürfeln, dazu 1
Brötchen mit Fleischsalat (ext.verpackt) a1,I,J,G,

Thüringer Krautwickel
mit Hackfleischfüllung, dazu Bratensoße und
Kartoffelpüree, Kompott a1,G,I,J

Putenbrustfilet natur
mit Rahmsoße, 10 dazu Blumenkohl
und Salzkartoffeln, a1,F,G,I,J 3,0 BE
Eiw. 38, Fett 18, KH 37, KJ 1649, Kcal 392

h4 Kaschunisse
h5 Pecannüsse
h6 Paranüsse
h7 Pistazien
h8 Macadamia

23.03. Do
Wellfleisch
auf Sauerkraut dazu Kartoffelpüree, Senf
Obst a1,G,I,J

Jägerschnitzel
mit Pilzrahmsoße dazu Petersilienkartoffeln
Krautsalat in saurer Sahne a1,C,F,I,J

Gräupcheneintopf
mit Rauchfleisch 9 und Gemüse,
dazu Dessert a1,F,G,I 3,0 BE
Eiw. 22, Fett 20, KH 39, KJ 1825, Kcal 433

I = Sellerie
J = Senf
K = Sesamsamen
L = Schwefeldioxid
M = Lupinen
N = Weichtiere

24.03. Fr
Kasselerkamm
mit Soße dazu Möhrengemüse und Kartoffeln
a1,G,I,J

Gebratenes Schollenfilet
mit warmen Kartoffelsalat und
Remouladensoße a1,C,F,I,J

Würzfleisch vom Schwein 10
mit Käse überbacken dazu
Gemüserais, Obst a1 G,F,I 3,5 BE
Eiw. 37, Fett 12, KH 35, KJ 1450, Kcal 348

X = kann Spuren von
Allergenen enthalten

MENÜ 2 (auch als Mini)

MENÜ 3 Schonkost

25.03. Sa
Weißer Bohneneintopf
mit 2 Krakauer Würstchen4 und Kartoffeln,
dazu 1 Brötchen, Dessert a1,I

3 Gehacktes Klößchen
auf Rahmkohlrabi, 10 mit Salzkartoffeln
Dessert a1,F,G,I,J 3,0 BE
Eiw. 31, Fett 30, KH 36, KJ 2444, Kcal 585

1 = mit Farbstoff
2 = mit Konservierungsstoff
3 = mit Geschmacksverstärker
4 = mit Phosphat
5 = mit Süßungsmittel
6 = mit Antioxidationsmittel
7 = gewachst

Änderungen vorbehalten.
Essen zum Verzehr
am selbigen Tag.

26.03. So
Rindersauerbraten
mit Soße, und Apfelrotkohl, 2 Thüringer
Klößen, Obst a1,I,J

Schweinesteak natur
mit Soße, 10 Erbsengemüse und
Kartoffeln, Obst, a1,C,F,G,I, 4,0 BE
Eiw. 50, Fett 12, KH 36, KJ 1953, Kcal 466

8 = kann Gräten enthalten
9 = mit Nitritpökelsalz
10 = gebunden mit Johannesskörnern
oder Quarkmehl

Guten Appetit!

Hergestellt von:
Menü Express
Gotha GmbH
& CO.KG

MENÜ 4 Kaltmenü

(grün
gekennzeichnet)

Mo **Thunfischsalat**
mit frischen Tomaten, Zwiebeln, Bohnen,
1 Baguettebr. mit Butter, Dessert a1,G

Di **Fruchtpokal „Jogger Becher“**
Sahnequark mit Früchten, Schokoladen-
raspeln und Bircher Müsli a1,a2,a3,a4,G

Mi **Paniertes Schnitzel**
mit Garnitur, Senfübchen und
Farmersalat a1,G

Do **Wurstsalat**
mit Gurke und Zwiebeln, dazu Brot und
Butter, Obst a1,G

Fr **Ungarischer Rindfleischsalat**
mit Baguettebrötchen und Butter a1,G

MENÜ 6 Vegetarisch

(gelb
gekennzeichnet)

6 Kartoffelpuffer
mit einer großen Portion Apfelkompott,
dazu Obst a1

Blumenkohl „Pohisch“
mit Butter, Semmelbrösel und Ei, dazu
Rahmkartoffeln und Dessert a1,C,F,G,I

Champignonpfanne
frische Champignons in Sahnesoße, dazu
bunte Nudeln und Salat, Dessert a1,C,F,G,I,J

Tortellini
mit Käse gefüllt, dazu Tomatencreme mit
Fruchstücken, Krautsalat, Dessert a1,r,F,G,I

Apfelstrudel
mit heißer Vanillesoße,
dazu Obst,a1,G

MENÜ 7 Sondermenü

Hirschgulasch
mit Waldpilzen in Preiselbeerrahmsauce
Rosenkohl, 2 TH. Klöße, Dessert a1,F,G,I

Hähnchenbrust „Toscana“
mit Tomaten-Zucchini-Gemüse überbacken
mit Käse, grüne Nudel, Dessert a1,r,I

Schweinesteak „au four“
Würzfleisch überbacken, Röstkartoffeln,
gem. Salat, Dressing, Dessert a1,C,F,G,I

Schweinelendchen „Westmorland“
mit Mixed-Pickles-Soße, dazu Erbsen
und Salzkartoffeln, Dessert a1,r,I

Pfannengyros (von der Pute)
mit Tzaziki und Tomatenreis,
Dessert a1,r,I,G

Täglich
Von

Montag - Freitag

Guten Appetit

MENÜ 5

Salatpokal
mit frischen Salaten der Saison
Oliven, Pinienkerne, Parmesan Flakes
Kräuterdressing 1 Brötchen
a1,G

MENÜ 8

Kesselgulasch
mit Brötchen und Obst
a1,F,I
Montag bis Freitag

12. Woche

Abendbrot vom 20.03.2023 – 26.03.2023

Änderungen vorbehalten

Mo
Schweizer Wurstsalat
 dazu 1 Baguettebrötchen und Butter_{A,G}

Di
Bratenplatte
 3 verschiedene Sorten Braten, Senf
 2 Scheiben Weißbrot und Butter_{A,G}

Mi
Frikadelle
 mit Nudelsalat und Senf_{A,G,C}

Do
Schinken-Käseplatte
 2 verschiedene Sorten Schinken, Schnittkäse,
 2 Scheiben Vollkornbrot und Butter_{A,G}

Fr
Gegrillte Hähnchenkeule
 mit buntem Reissalat_{A,C}

Sa
Salamiplatte
 3 versch. Sorten Salami mit Garnitur, dazu
 2 Scheiben Mischbrot und Butter_{A,G}

So
2 Schinkenröllchen
 mit Spargelfüllung, dazu Nudelsalat_{A,G,C}

Allergene:

- A = Gluten
- B = Krebstiere
- C = Eier
- D = Fisch
- E = Erdnüsse
- F = Soja
- G = Milch/Lactose
- H = Schalenfrüchte
- I = Sellerie
- J = Senf
- K = Sesamsamen
- L = Schwefeldioxid
- M = Lupinen
- N = Weichtiere
- X = kann Spuren von Allergenen enthalten

Name: _____ Tour: _____

Abendbrot vom 20.03.2023 – 26.03.2023

Änderungen vorbehalten

Mo
Schweizer Wurstsalat
 dazu 1 Baguettebrötchen und Butter_{A,G}

Di
Bratenplatte
 3 verschiedene Sorten Braten, Senf
 2 Scheiben Weißbrot und Butter_{A,G}

Mi
Frikadelle
 mit Nudelsalat und Senf_{A,G,C}

Do
Schinken-Käseplatte
 2 verschiedene Sorten Schinken, Schnittkäse,
 2 Scheiben Vollkornbrot und Butter_{A,G}

Fr
Gegrillte Hähnchenkeule
 mit buntem Reissalat_{A,C}

Sa
Salamiplatte
 3 versch. Sorten Salami mit Garnitur, dazu
 2 Scheiben Mischbrot und Butter_{A,G}

So
2 Schinkenröllchen
 mit Spargelfüllung, dazu Nudelsalat_{A,G,C}

Allergene:

- A = Gluten
- B = Krebstiere
- C = Eier
- D = Fisch
- E = Erdnüsse
- F = Soja
- G = Milch/Lactose
- H = Schalenfrüchte
- I = Sellerie
- J = Senf
- K = Sesamsamen
- L = Schwefeldioxid
- M = Lupinen
- N = Weichtiere
- X = kann Spuren von Allergenen enthalten

1 = mit Farbstoff
 2 = mit Konservierungsstoff
 3 = mit Geschmacksverstärker
 4 = mit Phosphat
 5 = mit Süßungsmittel
 6 = mit Antioxidationsmittel
 7 = gewaschen
 8 = kann Geräten enthalten
 9 = mit Nitrit Pökelsalz
 10 = gebunden mit Johanniskeimnehl oder Guarkeimnehl

1 = mit Farbstoff
 2 = mit Konservierungsstoff
 3 = mit Geschmacksverstärker
 4 = mit Phosphat
 5 = mit Süßungsmittel
 6 = mit Antioxidationsmittel
 7 = gewaschen
 8 = kann Geräten enthalten
 9 = mit Nitrit Pökelsalz
 10 = gebunden mit Johanniskeimnehl oder Guarkeimnehl