



Volkssolidarität
Essen auf Rädern

Zittauer Strasse 27 / Haus 8
99096 Erfurt

Tel: 0361 / 2606107 Fax: 6537094

SPEISENPLAN für die Woche vom 15.07. - 21.07.2024

29. Woche

Kundenname:
Tour:



MENÜ 1 (auch als Mini) (ohne Kennzeichnung)

15.07. Mo Frischer Möhreintopf mit Kasselerfleisch 9 Petersilie und Kartoffeln, dazu 1 Brötchen, Dessert a1,F,I

16.07. Di Deftiger Wurstgulasch mit Butternudeln, dazu Eisbergsalat mit Dressing a1,G,F,I

17.07. Mi Vanillereisbrei bestreut mit Zucker und Zimt, dazu Apfelmus u. 1 Brötchen m. Käsecke (getr. verp.) a1,G

18.07. Do Schweinebraten mit Soße dazu Kohlrabigemüse und Serviettenknödel, Obst

19.07. Fr Hackfleischbällchen mit Champignonrahmsoße und Makkaroni, dazu Obst a1,F,G,I

MENÜ 2 (rot gekennzeichnet)

Szegeleiner Gulasch vom Schwein mit Paprika und Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree und Dessert a1,G

Thüringer Rostbrätl mit Zwiebelsoße und Bratkartoffeln, dazu Kompott a1,G,F,I

Schweineschnitzel mit Rahmchampignons 3, dazu Petersilienkartoffeln und Obst a1,C,F,G,I,J

Kräuterquark (getrennt verpackt) dazu Salzkartoffeln, Obst G,F,I,J

Seelachsfilet paniert mit Petersiliensoße und Salzkartoffel, dazu Karottensalat a1,F,G,I,J

MENÜ 3 Schonkost (schwarz gekennzeichnet)

Hühnerfrikassee, 10 mit Erbsen und Risotto, dazu Dessert a1,F,G,I 3,0 BE

Fischfilet auf Blattspinat 10 mit Salzkartoffeln, dazu Kompott a1,F,G,I 3,0 BE

Frikadelle mit Soße 10, dazu Schwarzwurzel u. Salzkartoffeln a1,C,F,G,I 3,0 BE

3 gekochte Eier mit Senfsoße 10, Petersilienkartoffeln und Rote-Beete-Salat a1,F,G,I 3,0 BE

Hähnchenbrustfilet mit Geflügelsoße 10, dazu Leipziger Allerlei und Salzkart. a1,F,G,I 3,0 BE

MENÜ 2 (auch als Mini)

20.07. Sa Geflügelpfanne a1,F,G,I Putenstreifen in Rahmsoße mit feinem Gemüse, Champignons und Spätzle, Dessert

MENÜ 3 Schonkost

Reiseintopf mit feinem Gemüse und Fleisch-Klößchen, dazu Dessert a1,F,G,I 3,0 BE

21.07. So Mutzbraten mit Soße, dazu Apfelrotkohl und 2 Thüringer Klöße, Kompott a1,F,I

Putengulasch, 10 mit Frühlingsgemüse und Salz-Kartoffeln, Kompott a1,F,I 3,0 BE

BE- Berechnung bezieht sich nur auf Sättigungsbeilage und Dessert

Guten Appetit!
Änderungen vorbehalten.
Essen zum Verzehr am selbigen Tag.
Hergestellt von:
Menü Express
Gotha GmbH

| | Eiw. | Fett | KH | KJ | Kcal |
|--|------|------|----|------|------|
| 1 = mit Farbstoff | 25 | 21 | 44 | 1935 | 436 |
| 2 = mit Konservierungsstoff | 25 | 21 | 44 | 1935 | 436 |
| 3 = mit Geschmacksverstärker | 25 | 21 | 44 | 1935 | 436 |
| 4 = mit Phosphat | 25 | 21 | 44 | 1935 | 436 |
| 5 = mit Süßungsmittel | 25 | 21 | 44 | 1935 | 436 |
| 6 = mit Antioxidationsmittel | 25 | 21 | 44 | 1935 | 436 |
| 7 = gewachst | 25 | 21 | 44 | 1935 | 436 |
| 8 = kann Gräten enthalten | 25 | 21 | 44 | 1935 | 436 |
| 9 = mit Nitritpökelsalz | 25 | 21 | 44 | 1935 | 436 |
| 10 = gebunden mit Johannesskeremehl oder Quarkermehl | 25 | 21 | 44 | 1935 | 436 |

- Allergene: A=Gluten, a1=Weizen, a2=Roggen, a3=Gerste, a4=Hafer, B=Krebstiere, C=Eier, D=Fisch, E=Erdnüsse, F=Soja, G=Laktose, h1=Mandeln, h2=Haselnüsse, h3=Walnüsse, h4=Kaschunüsse, h5=Pecannüsse, h6=Paranüsse, h7=Pistazien, h8=Macadamia, I=Sellerie, J=Senf, K=Sesamsamen, L=Schwefeldioxid, M=Lippen, N=Weichtiere, X=kann Spuren von Allergenen enthalten

MENÜ 4 Kaltmenü

(grün
gekennzeichnet)

MENÜ 6 Vegetarisch

(gelb
gekennzeichnet)

MENÜ 7 Sondermenü

Mo mit Roter Beete, Äpfeln, Zwiebeln und Gurken, Brot m. Butter, Dessert, a1,c,f,g,j

Panierte Champignons
mit Tomatensoße, Mandelreis und gemischtem Salat, Obst a1,c,f,g,j

gegrilltes Viktoriaschbarschfilet
auf Blattspinat mit Bandnudeln,
dazu Dessert, a1,f,g,i

Di **Hähnchenschenkel, gegrillt**
mit Kartoffelsalat, Obst
c,f,g,j

Kartoffel-Brokkoli-Gratin
mit Käse überbacken, dazu Gurkensalat,
Dessert, a1,c,g

Kaninchenkeule geschmort
mit Soße, dazu Apfelrotkohl und
2 Thüringer Klößen, Obst, a1,f,g,i

Mi **Hausgemachter Fleischsalat**
mit 2 halben Eiern, dazu Brot und Butter
a1,c,f,g,j

Brokkoli Nussecke
mit Zitronenbuttersoße, Reis und
Dessert a1,a4,12,f,g,c,h,i,j

Hähnchenbrustfilet Piccata
mit Käsepanade, dazu Tomatensoße und
Spaghetti, Rohkostsalat, Dessert, a1,r,f,g,j

Do **Gebrautene Putenbrust**
mit Remouladensoße, Kartoffelsalat und
Mix Pickles c,f,g,j

Wiener Kaiserschmarrn
mit Rosinen und Mandeln, dazu Apfelmus
und Dessert a1,c,g

Hausgemachtes gefülltes Kraut
mit Bratensoße und Kartoffeln 6, dazu
Dessert a1,c,f,i

Fr **Gegrillter Gyros-Braten**
auf frischen Salaten der Saison mit
Saure Sahne Dressing c

Zucchini
gefüllt mit Gemüse, dazu Tomatensoße
und Reissotto, Dessert a1,c,f,g,j

Gyroschnetzelles vom Schwein
mit Tsatsiki und Tomatenreis, Dessert
f1,j,g

Täglich
Von

Montag bis Freitag

Änderungen vorbehalten

MENÜ 5
Salatpokal
mit frischen Salaten der Saison u.
Sojasprossen, Paprikastreifen u.
Partyfrikadellen,
1 Brötchen, French Dressing,
Croutons
a1,g,c,f

MENÜ 8
Salami Pizza
mit gemischtem Salat und
Dressing
a1,g,i,l
Montag bis Freitag

Guten Appetit

29. Woche

Abendbrot vom 15.07. bis 21.07.2024

Abendbrot vom 15.07. bis 21.07.2024

Änderungen vorbehalten

Änderungen vorbehalten

Mo

Salami-Käseplatte
Salami und Schnittkäse, dazu
2 Brötchen und Butter A

Mo

Salami-Käseplatte
Salami und Schnittkäse, dazu
2 Brötchen und Butter A

Di

Hausgemachter Fleischsalat
mit 2 halben Eiern, dazu 2 Scheiben
Mischbrot und Butter A, J

Di.

Hausgemachter Fleischsalat
mit 2 halben Eiern, dazu 2 Scheiben
Mischbrot und Butter A, J

Mi

Schnittlauchquark
mit Garnitur, dazu 2 Scheiben
Mischbrot und Butter A, G

Mi

Schnittlauchquark
mit Garnitur, dazu 2 Scheiben
Mischbrot und Butter A, G

Do

Schweineschnitzel paniert
mit buntem Nudelsalat
A, G, J

Do

Schweineschnitzel paniert
mit buntem Nudelsalat
A, G, J

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

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

Fr

2 Stück Rollmops
mit Garnitur, dazu 2 Scheiben
Vollkornbrot A

Fr

2 Stück Rollmops
mit Garnitur, dazu 2 Scheiben
Vollkornbrot A

Sa

Bratenplatte
3 versch. Sorten Braten, Senf, dazu
2 Scheiben Brot und Butter A, G

Sa

Bratenplatte
3 versch. Sorten Braten, Senf, dazu
2 Scheiben Brot und Butter A, G

So

Käsesalat
dazu 1 Baguettebrötchen
und Butter A, G

So

Käsesalat
dazu 1 Baguettebrötchen
und Butter A, G

- 1 = mit Farbstoff
- 2 = mit Konservierungsstoff
- 3 = mit Geschmacksverstärker
- 4 = mit Phosphat
- 5 = mit Süßungsmittel
- 6 = mit Antioxidationsmittel
- 7 = gewachst
- 8 = kann Gräten enthalten

- 9 = mit Natrik Pökelsalz
- 10 = gebunden mit Johanniskernmehl oder Guar kernmehl

- 1 = mit Farbstoff
- 2 = mit Konservierungsstoff
- 3 = mit Geschmacksverstärker
- 4 = mit Phosphat

- 5 = mit Süßungsmittel
- 6 = mit Antioxidationsmittel
- 7 = gewachst
- 8 = kann Gräten enthalten
- 9 = mit Natrik Pökelsalz
- 10 = gebunden mit Johanniskernmehl oder Guar kernmehl