

Volkssolidarität
Regionalverband Mühlhausen
Judenstraße 34
99974 Mühlhausen
Tel: 03601 / 882910 Fax: 882911



09. Woche

Kundenname:
Tour:

SPEISENPLAN für die Woche vom 23.02. - 01.03.2026



MENÜ 1 (auch als Mini) (ohne Kennzeichnung)

MENÜ 2 (rot gekennzeichnet)

MENÜ 3 Schonkost (schwarz gekennzeichnet)

23.02. Mo
Nudeintopf
 mit Rindfleisch und feinem Gemüse, dazu Brötchen, Dessert a1,F,I,G

Frikassee vom Huhn
 in Holländischer Soße, mit Gemüseries Dessert a1,F,I

Eieromelett
 mit Rahmspinat 10, mit Salzkartoffeln, Dessert a1,F,G,I,6
 Ei.w. 30, Fett 20, KH 36, KJ 1916, Kcal 457

Allergene:
 A=Guten
 a1=Weizen, a2 Roggen
 a3 Gerste, a4 Hafer
 B=Krebstiere
 C=Eier
 D=Fisch,
 E=Erdnüsse
 F=Soja
 G=Laktose
 h1=Vandeln,
 h2 Haselnüsse
 h3 Walnüsse
 h4 Kaschnüsse
 h5 Pecannüsse
 h6 Paranüsse
 h7 Pistazien
 h8Macadamia
 I=Sellerie
 J=Senf
 K=Seesamnen
 L=Schwefeldioxid
 M=Lupinen
 N=Weichtiere
 X=kann Spuren von Allergenen enthalten

24.02. Di
Thüringer Bratwurst 4
 auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree Senf F,G,I

Hähnchenbrustfilet paniert
 mit Geflügelsoße, dazu Schwarzwurzel-gemüse und Salzkartoffeln a1,C,F,G,I,J

Italienisches Tomatenfleisch
 Schweinefl.10, mit Tomatenwü., dazu Spiralen, Eisbergs., Dres.5,a1,F,G,I 3,5 BE
 Ei.w. 41, Fett 40, KH 55, KJ 3256, Kcal 777

25.02. Mi
Gulasch vom Rind und Schwein
 mit Butternudeln und Rohkostsalat a1,F,G,I

Heringssilet „Matjes Art“
 in pikantes Tunke mit Äpfeln, Zwiebeln und Gurken, Salzkartoffeln (extra verp.) C,G,J

Schweinesteak gedünstet
 mit Soße 10, dazu Romanesco Mix und Kartoffeln a1 F, I 3,0 BE
 Ei.w. 40, Fett 26, KH 38, KJ 2339, Kcal 573

26.02. Do
Gebatener Fleischkäse
 auf Bayrischkraut, dazu Salzkartoffeln G,F,I,I

Thüringer Rostbrätl
 mit Zwiebelsoße, dazu Kartoffelpüree und Bohnensalat a1,C,F,G,I,J

Hausgemachter Hackbraten
 mit Soße 10, dazu Fingerringen und Kartoffeln, Obst a1,C,F,I, 3,0 BE
 Ei.w. 38, Fett 22, KH 38, KJ 2418, Kcal 578

27.02. Fr
Gefüllte Paprikaschote
 mit Schinkentomatensöße 9, dazu Reisrisotto und Obst a1,C,F,I

Geschmorte Dicke Rippe
 mit Soße und Mischgemüse, dazu Salzkartoffeln a1,C,F,G,I,J

Gedünsteter Seelachs
 in Dillsoße 10, dazu Salzkartoffeln, Karottensalat 5 a1,F,G,I 3,0 BE
 Ei.w. 34, Fett 21, KH 36, KJ 2039, Kcal 487

28.02. Sa
Putenrahmgulasch
 mit Spiralen und Rote Beete Salat, Dessert a1,G,C,I,F

Kartoffeleintopf
 mit 2 Wiener Würstchen 4 und feinem Gemüse, Dessert a1,F,I 3,0 BE
 Ei.w. 25, Fett 18, KH 45, KJ 2617, Kcal 625

01.03. So
Gefüllter Schweinekamm (mit Hackfl.)
 mit Soße, dazu Sommergemüse, Semmelknödel, Kompott a1,C,F,G,I,J

Putenbrustbraten
 in Sahnesoße, dazu Sommergemüse, Salzkartoffeln, Kompott a1,F,I 3,0 BE
 Ei.w. 42, Fett 16, KH 37, KJ 1953, Kcal 466

BE= Berechnung bezieht sich nur auf Sättigungsbeilage und Dessert

- 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 Natriumglutamat
- 10 = gebunden mit Johanniskeimkehl oder Quarkkeimkehl

MENÜ 4 Kaltmenü

(grün
gekennzeichnet)

Mo

2 Bratklopse

mit Mayonnaisensalat, Garnitur, dazu
Senf und Dessert c,f,g,j

Di

2 Schinkenröllchen

gefüllt mit Spargel auf Nudelsalat
a1,f,g,j

Mi

Gegrillte Hähnchenkeule

mit Reissalat
f,g,j

Do

Paniertes Schweineschnitzel

mit mexikanischem Bohnensalat,
dazu Obst a1,c,f

Fr

Holländischer Käsesalat a1,g

mit Gouda, Paprika, Tomaten, Gurken
und Zwiebeln, dazu Baguettebr. u. Butter

MENÜ 6 Vegetarisch

(gelb
gekennzeichnet)

Blumenkohl-Käse-Medailon

mit Rahmsoupe, dazu Petersilienkartoffeln,
Dessert a1,c,g,i

2 Pfannkuchen

mit Äpfeln gefüllt,
dazu warme Vanillesoupe, Dessert a1,c,g

Bunte Nudeln mit Tomatenragout

mit Gurkensalat und Dessert
a1,f,g

Brokkoli-Kohlrabi-Auflauf

mit Käse überbacken, dazu Rahm-
Kartoffeln, Dessert a1,f,g,i

Vanillereisbrei a1,g

mit heißen Sauerkirschen, dazu
Baguettebröckchen mit Käse und Tomaten

MENÜ 7 Sondermenü

Schweinelendchen „Försterin“

mit Champ.-Sahne-Soße, hausgemachten
Spätzle, Eisberg m. Dress, Dess. a1,c,f,g,i,j

Schweinesteak „au four“ a1,f,g,i,j

mit Würzfleisch überbacken, dazu Röst-
Kartoffeln, gem. Salat, Dressing, Dessert

gegrillte Entenkeule

mit Soße dazu Apfelrotkohl und 2 Th.
Klöße a1,c,g,i,j

Mutzbraten

mit Soße, dazu Serviettenknödel und
Waldorfsalat, Obst a1,c,f,g,i,j

Hausgemachtes gefülltes Kraut

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

Täglich

von

Montag bis Freitag

Guten Appetit

Änderungen vorbehalten

MENÜ 5

Salatpokal

mit frischen Salaten der Saison,
Peperoni, Croutons, Sojasprossen,
Schweinefiletstreifen, dazu Himbeer-
Balsamico-Dressing und Brötchen
a1,c,f

MENÜ 8

Gegrillte Schweinehaxe

mit Kartoffelsalat, Senf
(extra verpackt)

Montag bis Freitag

09. Woche

Name:

Tour:

Abendbrot vom 23.02. – 01.03.2026

Abendbrot vom 23.02. – 01.03.2026

Änderungen vorbehalten

Änderungen vorbehalten

Mo

Kräuterquark
2 Scheiben Mischbrot
und Butter _{a, c, l}

Mo

Kräuterquark
2 Scheiben Mischbrot
und Butter _{a, c, l}

Di

Käseplatte
2 versch. Sorten Schnittkäse, 1 Käsecke,
2 Scheiben Vollkornbrot und Butter _{a, c}

Di.

Käseplatte
2 versch. Sorten Schnittkäse, 1 Käsecke,
2 Scheiben Vollkornbrot und Butter _{a, c}

Mi

Heringssalat „Hausfrauen Art“
Gurke, Zwiebeln und saure Sahne,
dazu 2 Scheiben Mischbrot und Butter _{a, c, l, e}

Mi

Heringssalat „Hausfrauen Art“
Gurke, Zwiebeln und saure Sahne,
dazu 2 Scheiben Mischbrot und Butter _{a, c, l, e}

Do

Gemischte Wurstplatte
Bierschinken, Leberkäse und Teewurst,
dazu 2 Scheiben Mischbrot und Butter _{a, c}

Do

Gemischte Wurstplatte
Bierschinken, Leberkäse und Teewurst,
dazu 2 Scheiben Mischbrot und Butter _{a, c}

Fr

1 Frikadelle
mit Kartoffelsalat
und Senf _{a, c, e, j}

Fr

1 Frikadelle
mit Kartoffelsalat
und Senf _{a, c, e, j}

Sa

Streichwurstplatte
mit Leberwurst, Mettwurst, Teewurst,
dazu 2 Scheiben Mischbrot und Butter _{a, c}

Sa

Streichwurstplatte
mit Leberwurst, Mettwurst, Teewurst,
dazu 2 Scheiben Mischbrot und Butter _{a, c}

So

2 Schinkenröllchen
mit Spargelfüllung,
dazu Nudelsalat _{a, c, c}

So

2 Schinkenröllchen
mit Spargelfüllung,
dazu Nudelsalat _{a, c, c}

- 1 = mit Farbstoff
2 = mit Konservierungsmittel
3 = mit Geschmacksverstärker
4 = mit Phosphat
5 = mit Süßungsmittel
6 = mit Antioxidationsmittel
7 = gewachst
8 = kann Gräten enthalten
9 = mit Natrium-Pökelalz
10 = gebunden mit Johanniskeimöl oder Guarkernmehl

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

- 5 = mit Süßungsmittel
6 = mit Antioxidationsmittel
7 = gewachst
8 = kann Gräten enthalten
9 = mit Natrium-Pökelalz
10 = gebunden mit Johanniskeimöl oder Guarkernmehl