

Volkssolidarität  
Regionalverband Mühlhausen  
Jüdenstrasse 34  
99974 Mühlhausen

DE  
TH 03515  
EG

**SPEISENPLAN für die Woche vom 28.02. - 06.03.2022**

**09. Woche**

Kundenname:  
Tour:



Tel: 03601 / 882910 Fax: 882911

	MENÜ I (auch als Mini) (ohne Kennzeichnung)	MENÜ II (rot gekennzeichnet)	MENÜ III Schonkost (schwarz gekennzeichnet)
28.02. Mo	<b>Nudeleintopf</b> mit Rindfleisch und feinem Gemüse dazu 1 Brötchen, Dessert a1,F,I,G	<b>Frikassee vom Huhn</b> in Holländischer Soße, mit Gemüsereis Dessert a1,F,I	<b>Eieromelett</b> mit Rahmspinat <sup>10</sup> , mit Salzkartoffeln, <sup>6</sup> Dessert a1, F, G, I 3,0 BE Eiw. 30 Fett 20 KH 36 KJ 1916 Kcal 457
01.03. Di	<b>Thüringer Bratwurst 4</b> auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree Senf F,G,I	<b>Thür. Rostbrätl</b> mit Zwiebelsoße dazu Kartoffelpüree Bohnensalat a1,C,F,G,I,J	<b>Italienisches Tomatenfleisch</b> Schweinefl., <sup>10</sup> mit Tomatenwü. dazu Spiralen, Eisbergs. Dres. <sup>5</sup> , a1,F,G,I <sup>3</sup> , <sup>5</sup> BE Eiw. 41 Fett 40 KH 55 KJ 3256 Kcal 777
02.03. Mi	<b>Gulasch vom Rind und Schwein</b> mit Butternudeln und Rohkostsalat a1,F,G,I	<b>Heringsfilet „Matjes Art“</b> in pikanter Tunke mit Äpfeln, Zwiebeln und Gurken, Salzkartoffeln (extra verp.), C,G,J	<b>Schweinesteak gedünstet</b> mit Soße <sup>10</sup> dazu Romanesco Mix und Kartoffeln a1 F, I 3,0 BE Eiw. 40 Fett 26 KH 38 KJ 2339 Kcal 573
03.03. Do	<b>Krautgulasch</b> mit Schweinefleisch und Weißkohl dazu Salzkartoffeln, Obst G,F,J,I	<b>Hähnchenbrustfilet paniert</b> mit Geflügelsoße, dazu Schwarzwurzel- gemüse und Salzkartoffeln a1,C,F,G,I,J	<b>Hausgemachter Hackbraten</b> mit Soße <sup>10</sup> , dazu Fingermöhren und Kartoffeln, Obst a1,C,F,I, 3,0 BE Eiw. 38 Fett 22 KH 38 KJ 2418 Kcal 578
04.03. Fr	<b>gefüllte Paprikaschote</b> mit Schinkentomatensoße, <sup>9</sup> dazu Reisrisotto Obst a1,C,F,I	<b>geschmorte Dicke Rippe</b> mit Soße und Mischgemüse, dazu Salzkartoffeln, a1,C,F,G,I,J	<b>Gedünsteter Seelachs</b> in Dillsoße <sup>10</sup> dazu Salz- Kartoffeln, Karottensalat <sup>5</sup> a1,F,G,I 3,0 BE Eiw. 34 Fett 21 KH 36 KJ 2039 Kcal 487

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 Parantüsse  
h7 Pistazien  
h8Macadamia  
I=Sellerie  
J=Senf  
K=Sesamsamen  
L=Schwefeldioxid  
M=Lupinen  
N=Weichtiere  
X= kann Spuren von  
Allergenen enthalten

BE- Berechnung bezieht sich nur auf Sättigungsbeilage und Dessert

	MENÜ II (auch als Mini)	MENÜ III Schonkost
05.03. Sa	<b>Putenrahmgulasch</b> mit Spiralen und Rote Beete Salat Dessert a1,G,C,I,F	<b>Kartoffeleintopf</b> mit 2 Wiener Würstchen, <sup>4</sup> und feinem Gemüse, Dessert a1,F,I 3,0 BE Eiw. 25 Fett 18 KH 45 KJ 2617 Kcal 625
06.03. So	<b>Gefüllter Schweinekamm (mit Hackfl.)</b> Mit Soße, dazu Sommergemüse, Semmelknödel, Kompott a1,C,F,G,I,J, 3,0 BE	<b>Putenbrustbraten</b> in Sahnesoße dazu Sommergemüse und Salzkartoffeln, Kompott a1,F,I Eiw. 42 Fett 16 KH 37 KJ 1953 Kcal 466

- 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 Nitritpökelsalz
- 10 = gebunden mit Johannedkernmehl oder Guarkernmehl

*Guten Appetit!*

Änderungen vorbehalten.  
Essen zum Verzehr  
am selbigen Tag.

Hergestellt von:  
**Menü Express**  
**Gotha GmbH**  
**& CO KG**

## MENÜ IV Kaltmenü

(grün  
gekennzeichnet)

Mo

**2 Bratklopse**  
mit Mayonaisensalat, 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 Schweinschnitzel**  
mit mexikanischem Bohnensalat,  
dazu Obst a1,C,F

Fr

**Holländischer Käsesalat** a1,G  
mit Gouda, Paprika, Tomaten, Gurken  
und Zwiebeln, dazu 1 Baguette u. Butter

## MENÜ VI Vegetarisch

(gelb  
gekennzeichnet)

**Blumenkohl-Käse-Medaillon**  
mit Rahmsoße, dazu Petersilien-  
kartoffeln, Dessert a1,C,G,I

**Vegetarische Pizza** a1,G,I  
mit Tomaten, Champ. u. Brokkoli, überb.  
mit Käse, dazu Eisbergsalat, Dress., Obst

**Bunte Nudeln**  
mit Tomatenragout, dazu gemischter  
Salat und Dessert a1,F,G,

**Brokkoli- Kohlrabi- Auflauf**  
mit Käse überbacken, dazu Rahm-  
kartoffeln, Dessert a1,F,G,I,

**Vanillereisbrei**  
mit heißen Sauerkirschen, Baguette-  
brötchen mit Käse und Tomaten a1,G,

## MENÜ VII 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-  
kartoffel, gem.Salat, Dressing, Dessert

**Lachspfanne,** a1,C,F,G,I,J  
Lachswürfel mit Champ. in Sauce Bern.,  
Bandnudeln und Gurkensalat, Obst

**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**

## MENÜ V

### Salatpokal

mit frischen Salaten der Saison  
und Schweinefiletstreifen, dazu  
Himbeer-Balsamico-Dressing  
und 1 Brötchen a1,C,F

## MENÜ VIII

**Kartoffelbratwurst**  
**auf Sauerkraut**  
**mit Püree** a1,F,G,J

**Montag bis Freitag**

**09. Woche**

Abendbrot vom 28.02. bis 06.03.2022

Änderungen vorbehalten

**Mo**

**Heringssalat „Hausfrauen Art“**

Gurke, Zwiebeln und saure Sahne, dazu  
2 Scheiben Mischbrot und Butter <sub>A, C, J, G</sub>

**Di**

**Käseplatte**

2 versch. Sorten Schnittkäse, 1 Käsecke  
2 Scheiben Vollkornbrot und Butter <sub>A, G</sub>

**Mi**

**Kräuterquark**

2 Scheiben Mischbrot  
und Butter <sub>F, G, I</sub>

**Do**

**Gemischte Wurstplatte**

Bierschinken, Leberkäse und Teewurst, dazu  
2 Scheiben Mischbrot und Butter <sub>A, G</sub>

**Fr**

**1 Frikadelle**

mit Kartoffelsalat  
und Senf <sub>A, C, G, J</sub>

**Sa**

**Streichwurstplatte**

mit Leberwurst, Mettwurst, Teewurst, dazu  
2 Scheiben Mischbrot und Butter <sub>A, G</sub>

**So**

**2 Schinkenröllchen**

mit Spargelfüllung,  
dazu Nudelsalat <sub>A, G, C</sub>

**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 = Weichfrere  
X = kann Spuren von  
Allergenen enthalten

Name:

Tour:

Abendbrot vom 28.02. bis 06.03.2022

Änderungen vorbehalten

**Mo**

**Heringssalat „Hausfrauen Art“**

Gurke, Zwiebeln und saure Sahne, dazu  
2 Scheiben Mischbrot und Butter <sub>A, C, J, G</sub>

**Di.**

**Käseplatte**

2 versch. Sorten Schnittkäse, 1 Käsecke  
2 Scheiben Vollkornbrot und Butter <sub>A, G</sub>

**Mi**

**Kräuterquark**

2 Scheiben Mischbrot  
und Butter <sub>F, G, I</sub>

**Do**

**Gemischte Wurstplatte**

Bierschinken, Leberkäse und Teewurst, dazu  
2 Scheiben Mischbrot und Butter <sub>A, G</sub>

**Fr**

**1 Frikadelle**

mit Kartoffelsalat  
und Senf <sub>A, C, G, J</sub>

**Sa**

**Streichwurstplatte**

mit Leberwurst, Mettwurst, Teewurst, dazu  
2 Scheiben Mischbrot und Butter <sub>A, G</sub>

**So**

**2 Schinkenröllchen**

mit Spargelfüllung,  
dazu Nudelsalat <sub>A, G, C</sub>

**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 = Weichfrere  
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 = gewachst  
8 = kann Gräten enthalten

9 = mit Nitrit Pökelsalz  
10 = gebunden mit  
Johanniskernmehl oder  
Guarkernmehl

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 Nitrit Pökelsalz  
10 = gebunden mit  
Johanniskernmehl oder  
Guarkernmehl