

Volkssolidarität  
Essen auf Rädern



# SPEISENPLAN für die Woche vom 31.01. - 06.02.2022

Clara-Zetkin-Straße 50  
99867 Gotha

Tel: 03621 / 3199354 Fax: 5045538

<b>05. Woche</b>	<b>Kundenname:</b> <b>Tour:</b>
------------------	------------------------------------

<b>MENÜ 1</b> (auch als Mini) <small>(ohne Kennzeichnung)</small>	<b>MENÜ 2</b> <small>(rot gekennzeichnet)</small>	<b>MENÜ 3 Schonkost</b> <small>(schwarz gekennzeichnet)</small>
---	---	---

<b>31.01. Mo</b> <b>Frischer Möhreentopf</b> mit Kasselerfleisch 9 Petersilie und Kartoffeln, dazu 1 Brötchen, Dessert a1,F,I	<b>Szegediner Gulasch vom Schwein</b> mit Paprika und Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree und Dessert a1,G	<b>Hühnerfrikassee</b> ,10 mit Erbsen und Risotto, dazu Dessert a1,F,G,I 3,0 BE <table style="float: right; font-size: 0.8em;"> <tr><td>Eiw.</td><td>24</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>36</td></tr> <tr><td>KH</td><td>44</td></tr> <tr><td>KJ</td><td>2500</td></tr> <tr><td>Kcal</td><td>599</td></tr> </table>	Eiw.	24	Fett	36	KH	44	KJ	2500	Kcal	599	<b>Allergene:</b> 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=Lupinen N=Weichtiere X= kann Spuren von Allergenen enthalten
Eiw.	24												
Fett	36												
KH	44												
KJ	2500												
Kcal	599												
<b>01.02. Di</b> <b>Putenrahmgeschnetztes</b> mit Hausmacher Spätzle, dazu fruchtiger Rotkohlsalat a1,F,G,I	<b>Thüringer Rostbrätl</b> mit Zwiebelsoße und Bratkartoffeln, dazu Kompott a1,C,G,F,I	<b>Fischfilet</b> auf Blattspinat 10 mit Salzkartoffeln, dazu Kompott a1,F,G,I 3,0 BE <table style="float: right; font-size: 0.8em;"> <tr><td>Eiw.</td><td>40</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>28</td></tr> <tr><td>KH</td><td>36</td></tr> <tr><td>KJ</td><td>2178</td></tr> <tr><td>Kcal</td><td>520</td></tr> </table>	Eiw.	40	Fett	28	KH	36	KJ	2178	Kcal	520	
Eiw.	40												
Fett	28												
KH	36												
KJ	2178												
Kcal	520												
<b>02.02. Mi</b> <b>Vanillereisbrei</b> bestreut mit Zucker und Zimt, dazu Apfelmus u. 1 Brötchen m. Käsecke (getr. verp.) a1,G	<b>Schweineschnitzel</b> mit Rahmchampignons 3, dazu Petersilienkartoffeln und Obst a1,C,F,G,I,J	<b>Frikadelle</b> mit Soße 10, dazu Schwarzwurzeln u. Salzkartoffeln a1,C,F,G,I 3,0 BE <table style="float: right; font-size: 0.8em;"> <tr><td>Eiw.</td><td>47</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>27</td></tr> <tr><td>KH</td><td>36</td></tr> <tr><td>KJ</td><td>2535</td></tr> <tr><td>Kca</td><td>606</td></tr> </table>	Eiw.	47	Fett	27	KH	36	KJ	2535	Kca	606	
Eiw.	47												
Fett	27												
KH	36												
KJ	2535												
Kca	606												
<b>03.02. Do</b> <b>Rinderrollbraten</b> mit Soße, Kohlrabi-Möhrengemüse und Salzkartoffeln a1,F,G,I,J	<b>Deftiger Wurstgulasch4</b> mit Butternudeln, dazu Eisbergsalat mit Dressing a1,G,F,I	<b>3 gekochte Eier</b> mit Senfsoße 10, Petersilienkartoffeln und Rote-Beete-Salat a1,F,G,I 3,0 BE <table style="float: right; font-size: 0.8em;"> <tr><td>Eiw.</td><td>33</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>20</td></tr> <tr><td>KH</td><td>37</td></tr> <tr><td>KJ</td><td>2163</td></tr> <tr><td>Kcal</td><td>517</td></tr> </table>	Eiw.	33	Fett	20	KH	37	KJ	2163	Kcal	517	
Eiw.	33												
Fett	20												
KH	37												
KJ	2163												
Kcal	517												
<b>04.02. Fr</b> <b>Hackfleischbällchen</b> mit Champignonrahmsoße und Makkaroni, dazu Obst a1,F,G,I	<b>Seelachsfilet paniert</b> mit Petersiliensoße und Salzkartoffel, dazu Karottensalat a1,F,G,I,C,J	<b>Hähnchenbrustfilet</b> mit Geflügelsoße 10, dazu Leipziger Allerlei und Salzkart. a1,F,G,I 3,0 BE <table style="float: right; font-size: 0.8em;"> <tr><td>Eiw.</td><td>27</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>9</td></tr> <tr><td>KH</td><td>39</td></tr> <tr><td>KJ</td><td>1488</td></tr> <tr><td>Kcal</td><td>349</td></tr> </table>	Eiw.	27	Fett	9	KH	39	KJ	1488	Kcal	349	
Eiw.	27												
Fett	9												
KH	39												
KJ	1488												
Kcal	349												

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 Nitritpökelsalz
- 10 = gebunden mit Johanneskernmehl oder Guarkernmehl

<b>MENÜ 2</b> (auch als Mini)	<b>MENÜ 3 Schonkost</b>
-------------------------------	-------------------------

<b>05.02. Sa</b> <b>Hähnchenpfanne</b> a1,F,G,I Hähnchenstreifen in Rahmsoße mit feinem Gemüse, Champignons und Spätzle, Dessert	<b>Reiseintopf</b> mit feinem Gemüse und Fleisch-Klößchen, dazu Dessert a1,F,G,I 3,0 BE <table style="float: right; font-size: 0.8em;"> <tr><td>Eiw.</td><td>25</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>21</td></tr> <tr><td>KH</td><td>44</td></tr> <tr><td>KJ</td><td>1935</td></tr> <tr><td>Kcal</td><td>436</td></tr> </table>	Eiw.	25	Fett	21	KH	44	KJ	1935	Kcal	436
Eiw.	25										
Fett	21										
KH	44										
KJ	1935										
Kcal	436										
<b>06.02. So</b> <b>Mutzbraten</b> mit Soße, dazu Apfelrotkohl und 2 Thüringer Klöße, Kompott a1,F,I	<b>Kalbsgulasch</b> ,10 mit Frühlingsgemüse und Salz-Kartoffeln, Kompott a1,F,I 3,0 BE <table style="float: right; font-size: 0.8em;"> <tr><td>Eiw.</td><td>68</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>18</td></tr> <tr><td>KH</td><td>46</td></tr> <tr><td>KJ</td><td>2617</td></tr> <tr><td>Kcal</td><td>625</td></tr> </table>	Eiw.	68	Fett	18	KH	46	KJ	2617	Kcal	625
Eiw.	68										
Fett	18										
KH	46										
KJ	2617										
Kcal	625										



## MENÜ 4 Kaltmenü

(grün  
gekennzeichnet)

Mo

**Heringssalat**  
mit Roter Beete, Äpfeln, Zwiebeln und Gurken, Brot m. Butter, Dessert, a1,C,G,J

Di

**½ gegrilltes Hähnchen** (im Beutel) warm, dazu Kartoffelsalat (im Becher) C,F,G,J

Mi

**Hausgemachter Fleischsalat**  
mit 2 halben Eiern, dazu Brot und Butter a1,C,F,G,J

Do

**Gebratene Putenbrust**  
mit Remouladensoße, Kartoffelsalat und Mix Pickles C,F,G,J

Fr

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

## MENÜ 6 Vegetarisch

(gelb  
gekennzeichnet)

**Panierte Champignons**  
mit Tomatensoße, Mandelreis und gemischtem Salat, Obst a1,C,F,G,I

**Kartoffel-Brokkoli-Gratin**  
mit Käse überbacken, dazu Gurkensalat, Dessert, a1,C,G

**Bunte Gemüseplatte**  
mit Zitronenbuttersoße, dazu Rahmkartoffeln, Dessert a1,C,G

**Wiener Kaiserschmarrn**  
mit Rosinen und Mandeln, dazu Apfelmus und Dessert a1,C,G

**Zucchini**  
gefüllt mit Gemüse, dazu Tomatensoße und Reisrisotto, Dessert a1,C,F,G,I

## MENÜ 7 Sondermenü

**gegrilltes Viktoriaseebarschfilet**  
auf Blattspinat mit Bandnudeln, dazu Dessert, a1,F,G,I

**Kaninchenkeule geschmort**  
mit Soße, dazu Apfelrotkohl und 2 Thüringer Klößen, Obst, a1,F,G,I

**Hähnchenbrustfilet Piccata**  
mit Käsepanade, dazu Tomatensoße und Spaghetti, Rohkostsalat, Dessert a1,F,G,I

**Hausgemachtes gefülltes Kraut**  
mit Bratensoße und Kartoffeln 6, dazu Dessert a1,C,F,I

**Gebackene Kalbsleber**  
mit Apfel-Röstzwiebelsoße, dazu Püree und Gurkensalat, Dessert 9, a1,I,J,G

**Täglich  
Von  
Montag bis Freitag**

## MENÜ 5

**Salatpokal**  
mit frischen Salaten der Saison u. Partyfrikadellen, 1 Brötchen, French Dressing a1,G,C

## MENÜ 8

**Bauernbratwurst** 9  
auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree, Senf a1,G,J,I,  
Montag bis Freitag

**05. Woche**

**Guten Appetit**

Vs Gotha, Clara-Zetkin-Str. 50, 99867 Gotha, Tel. 03621/3199354

Abendbrot vom 31.01. bis 06.02.2022

Änderungen vorbehalten

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

Mi

**Schnittlauchquark**

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

Do

**Schweineschnitzel paniert**

mit buntem Nudelsalat  
A, G, J

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

So

**Käsesalat**

dazu 1 Baguettebrötchen  
und Butter A, G

**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 = gewachst  
8 = kann Gräten enthalten

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

Name:

Tour:

Abendbrot vom 31.01. bis 06.02.2022

Änderungen vorbehalten

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

Mi

**Schnittlauchquark**

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

Do

**Schweineschnitzel paniert**

mit buntem Nudelsalat  
A, G, J

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

So

**Käsesalat**

dazu 1 Baguettebrötchen  
und Butter A, G

**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 = gewachst  
8 = kann Gräten enthalten

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