

Volkssolidarität
Essen auf Rädern

Zittauer Str. 27 Haus 8

99091 Erfurt

Tel: 0361 / 2606107 Fax: 6537094

SPEISENPLAN für die Woche vom 03.04. - 09.04.2023

DE
TH 03515
EG

14. Woche

Kundennamen:
Tour:



MENÜ 1 (auch als Mini) (ohne Kennzeichnung)

MENÜ 2 (rot gekennzeichnet)

MENÜ 3 Schonkost (schwarz gekennzeichnet)

03.04.

Mo Linseneintopf
mit Suppengrün und Kartoffeln, 2 Wiener, 4 dazu Brot, Dessert a1, g1, j

Schweinekammbraten
mit Soße, dazu Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln, Dessert a1, c, f, g, i, j

Hähnchenbrust natur
mit Soße, dazu Mischgemüse und Kartoffeln, Dessert a1, f, g, i, j 3, 0 BE
Eiw. 17
Fett 9
KH 40
KJ 1313
Kcal 316

Allergene:
a1 = Weizen, a2 Roggen
a3 Gerste, a4 Hafer

04.04.

Di 3 gebratene Gehacktes-Klößchen
auf Schwarzwurzel mit Holländischer Soße dazu Salzkartoffeln, a1, c, f, g, i, j

Panierte Jagdwurst, 4, 9
mit Soße, dazu Kartoffelpüree und Gurkensalat a1, g, i, j

Fischragout, 10
mit Gemüsestreifen in Senfsoße dazu Risotto, Obst a1, f, g, i, j 3, 5 BE
Eiw. 41
Fett 17
KH 32
KJ 1933
Kcal 462

B = Krebstiere
C = Eier
D = Fisch;
E = Erdnüsse
F = Soja
G = Laktose

05.04.

Mi Spaghetti Carbonara
mit Schinken und Speck, Käserahmsauce dazu Spaghetti und Reibkäse, Obst a1, g, i, j

4 Eierkuchen
mit heißen Sauerkirschen Kompott a1, c, g

Bratklops
mit Soße, 10 und Brokkoli dazu Salzkartoffeln, a1, c, f, g, i, j 3, 0 BE
Eiw. 33
Fett 10
KH 36
KJ 1433
Kcal 341

h1 = Mandeln,
h2 Haselnüsse
h3 Walnüsse
h4 Kaschnüsse
h5 Pecannüsse
h6 Paranüsse

06.04.

Do Kräuterquark
mit 2 gekochten Eiern (getrennt verpackt) dazu Salzkartoffeln, Obst g, f, i, j

Zigeunersteak
mit Leinschsoße, und Risotto dazu Farmersalat, a1, f, g, i, j

Schweinegulasch
mit Rahmschoten, dazu Spiralen a1, c, g, und Wachsbohnenensalat 3, 0 BE
Eiw. 51
Fett 18
KH 41
KJ 2339
Kcal 487

h7 Pistazien
h8 Myrcadania
I = Sellerie
J = Senf
K = Sesamsamen
L = Schwefeldioxid

07.04.

Fr Karfreitag
Wir wünschen allen unseren Kunden ein schönes Osterfest

Seelachsfilet paniert
mit Senfsoße dazu Salzkartoffeln, fruchtiger Krautsalat a1, c, f, g, i, j

Rinderschmorbraten
mit Soße, Kohlrabi-Möhrengemüse und Salzkartoffeln, a1, f, g, i, j 3, 0 Be
Eiw. 26
Fett 27
KH 51
KJ 2353
Kcal 563

M = Lupinen
N = Weichtiere
X = kann Spuren von Allergenen enthalten

MENÜ 2 (auch als Mini)

MENÜ 3 Schonkost

BE- Berechnung bezieht sich nur auf Sättigungsbilanz und Dessert

08.04.

Sa Wirsingroulade
dazu Speck-Zwiebelsoße, Salzkartoffeln, Dessert a1, f, i

Hühnersuppeneintopf
mit Hühnerfleisch, feinem Gemüse und Reis, Dessert f, i 3, 0 BE
Eiw. 20
Fett 18
KH 39
KJ 1666
Kcal 403

Guter Appetit!
Änderungen vorbehalten.
Essen zum Verzehr
am selbigen Tag.

09.04.

So Rindergulasch
mit Rosenkohl und 2 Th. Klöße Obst a1, c, f, g, i, j

Schweinebraten
mit Soße, 3 dazu Blumenkohl und, 5, 10 Salzkartoffeln, Obst a1, f, i 3, 5 BE
Eiw. 47
Fett 17
KH 36
KJ 2085
Kcal 498

Hergestellt von:

Menü Express

Gotha GmbH

MENÜ 4 Kaltmenü

(grün
gekennzeichnet)

MENÜ 6 Vegetarisch

(gelb
gekennzeichnet)

MENÜ 7 Sondermenü

Mo
2 Halbe Eier mit Lachsersatz, Sardellen
auf Fleischsalat, Baguette, Dess. a1,c,c,g,j

1 großer Hefekloß
mit Schokofüllung, warme Vanille-
soße, 1 Käsebrötchen und Dessert a1,g,

Jägerschnitzel
mit frischen Pilzen in Kräuterrahm,
Salzkart. u. Krautsalat, Dessert,a1,c,f,g,l,j

Di
Schwarzwälder Quarkpokal
mit Vanillequark 1, Sauerkirschen
und Schokostreusel g

Makkaroniaufauf
mit Champ. u. Brokkoli in Käse-Sahne
Soße, gem. Salat, Dressing, Dessert a1,c,g

Holsteiner Schnitzel
mit Speck, Zwiebeln u. Käse über-
backen, Gratin, gem. Salat, Des., a1,c,f,g,l,j

Mi
Geflügelsalat
mit Spargel, Champignons und Ananas,
Baguettebröckchen, Obst,a1,c,f,g,l,j

Schupfnudel Gemüsepfanne
in Butter gebraten, mit Sahneseife
und frischen Kräutern, Obst, a1,c,f,g,l,j

Parmesanschnitzel, a1,c,f,g,l,j
mit Tomatenspaghetti dazu gemischter
Salat, Dressing, geriebener Käse, Dessert

Do
Panieretes Schweineschnitzel
mit Nudelsalat, dazu Senf a1,c,f,g,l,j

Tortellini gefüllt
mit Käse und Spinat dazu Tomatensoße u.
gem. Krautsalat, Dessert a1,c,f,g,l,j

Schmandschnitzel
mit Schmandcreme überbacken
Kartoffelspalten, gem.Salat,Obst,a1,c,f,g,l,j

Fr

Kartreitag

Täglich
Von
Montag bis Donnerstag

MENÜ 5

SALATPOKAL

Frische Salate der Saison
Schinkenstreifen, 9
Cocktail Dressing, Paprika
Sonnenblumenkerne, Croutons,
Mandarinen, dazu 1 Brötchen,a1,g

MENÜ 8

Grießbrei, a1,g

mit einem großen Becher
Erdbeerkompott
Zucker und Zimt

Guten Appetit

Montag bis Donnerstag

14. Woche

Abendbrot vom 03.04. bis 09.04.2023

Änderungen vorbehalten

Mo
Aufschnittplatte (mit 3 Sorten Wurst)
 dazu saure Gurke, Butter und
 2 Scheiben Mischbrot a

Di
Herings-Dillhappen
 mit 2 Scheiben Mischbrot
 a,c,g,l,h

Mi
Schnitzel paniert
 mit Kartoffelsalat
 a,c,g,l,h

Do
Gemischte Käseplatte
 (verschiedene Sorten Käse)
 Butter und 2 Scheiben Pumpernickel a,g

Fr
Streichwurstplatte
 Leber-, Tee- und Mettwurst, Gurke, Tomate,
 Brot und Butter a,g

Sa
Käsesalat
 mit Gurke und Tomate
 dazu Butter und Baguettebrötchen a,g

So
Schinkenplatte
 (roher Schinken, gekochter Schinken)
 Butter und 2 Scheiben Vollkornbrot 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 Johanniskeimöl oder Guarkernmehl

Name: _____ Tour: _____

Abendbrot vom 03.04. bis 09.04.2023

Änderungen vorbehalten

Mo
Aufschnittplatte (mit 3 Sorten Wurst)
 dazu saure Gurke, Butter und
 2 Scheiben Mischbrot a

Di
Herings-Dillhappen
 mit 2 Scheiben Mischbrot
 a,c,g,l,h

Mi
Schnitzel paniert
 mit Kartoffelsalat
 a,c,g,l,h

Do
Gemischte Käseplatte
 (verschiedene Sorten Käse)
 Butter und 2 Scheiben Pumpernickel a,g

Fr
Streichwurstplatte
 Leber-, Tee- und Mettwurst, Gurke, Tomate,
 Brot und Butter a,g

Sa
Käsesalat
 mit Gurke und Tomate
 dazu Butter und Baguettebrötchen a,g

So
Schinkenplatte
 (roher Schinken, gekochter Schinken)
 Butter und 2 Scheiben Vollkornbrot 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 Johanniskeimöl oder Guarkernmehl