

Volkssolidarität  
Essen auf Rädern

Zittauer Str. 27 Haus 8  
99096 Erfurt

Tel: 0361 / 2606107 Fax: 6537094

DE  
TH 03515  
EG

SPEISENPLAN für die Woche vom 05.12. - 11.12.2022

49. Woche

Kundenname:  
Tour:



**MENÜ I (auch als Mini)**

(ohne Kennzeichnung)

**MENÜ II**

(rot gekennzeichnet)

**MENÜ III Schonkost**

(schwarz gekennzeichnet)

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

05.12. **Mo** **Nudeleintopf**  
mit Rindfleisch und feinem Gemüse dazu 1  
Brötchen, Dessert a1,F,I,G

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

**Eieromelett** Eiw. 30  
mit Rahmspinat<sup>10</sup>, mit Salzkartoffeln,<sup>6</sup> Fett 20  
Dessert a1, F, G, I KH 36  
3,0 BE KJ 1916  
Kcal 457

06.12. **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** Eiw. 41  
Schweinefl., <sup>10</sup> mit Tomatenwü. dazu Fett 40  
Spiralen, Eisbergs. Dres. <sup>5</sup>, a1,F,G,I, <sup>13</sup>, <sup>5</sup> BE KH 55  
KJ 3256  
Kcal 777

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

**Heringsfilet „Matjes Art“**  
in pikanter Tunke mit Äpfeln, Zwiebeln und  
Gurken, Salzkartoffeln (extra verp.), c,G,J

**Schweinesteak gedünstet** Eiw. 40  
mit Soße <sup>10</sup> dazu Romanesco Mix Fett 26  
und Kartoffeln a1 F, I KH 38  
3,0 BE KJ 2339  
Kcal 573

08.12. **Do** **Krautgulasch**  
mit Schweinefleisch und Weißkohl dazu  
Salzkartoffeln, Obst G,F,I,I

**Thür. Rostbrätl**  
mit Zwiebelsoße dazu Kartoffelpüree  
Bohnensalat a1,C,F,G,I,J

**Hausgemachter Hackbraten** Eiw. 38  
mit Soße <sup>10</sup>, dazu Fingermöhren Fett 22  
und Kartoffeln, Obst a1,C,F,I. 3,0 BE KH 38  
KJ 2418  
Kcal 578

09.12. **Fr** **gefüllte Paprikaschote**  
mit Schinkentomatensoße,<sup>9</sup> dazu Reisrisotto  
Obst a1,C,F,I

**geschmorte Dicke Rippe**  
mit Soße und Mischgemüse, dazu  
Salzkartoffeln. a1,C,F,G,I,J

**Gedünsteter Seelachs** Eiw. 34  
in Dillsoße <sup>10</sup> dazu Salz- Kartoffeln, Fett 21  
Karottensalat <sup>5</sup> a1,F,G,I KH 36  
3,0 BE KJ 2039  
Kcal 487

BE- Berechnung bezieht sich nur auf Sättigungsbeilage und Dessert

**MENÜ II (auch als Mini)**

**MENÜ III Schonkost**

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

**Kartoffeleintopf** Eiw. 25  
mit 2 Wiener Würstchen,<sup>4</sup> und feinem Fett 18  
Gemüse, Dessert a1,F,I KH 45  
3,0 BE KJ 2617  
Kcal 625

11.12. **So** **Gefüllter Schweinekamm (mit Hackfl.)**  
Mit Soße, dazu Sommergemüse,  
Semmelknödel, Kompott a1,C,F,G,I,J 3,0 BE

**Putenbrustbraten** Eiw. 42  
in Sahnesoße dazu Sommergemüse und Fett 16  
Salzkartoffeln, Kompott a1,F,I 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 Johanneskernmehl 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,  
Peperoni, Croutons Sojasprossen  
Schweinefiletstreifen, dazu Himbeer-  
Balsamico-Dressing und 1 Brötchen  
a1,C,F

## MENÜ VIII

**Kartoffelbratwurst** 9,4  
auf Sauerkraut  
mit Püree a1,F,G,J

Montag bis Freitag

49. Woche

Abendbrot vom 05.12. bis 11.12.2022

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

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

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>**

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