

Volksolidarität
Regionalverband Mühlhausen

Jüdenstraße 34
99974 Mühlhausen

Tel: 03601 / 882910 Fax: 882911



SPEISENPLAN für die Woche vom 03.03. – 09.03.2025

10. Woche

Kundenname:
Tour:



MENÜ 1 (auch als Mini) (ohne Kennzeichnung)

MENÜ 2 (rot gekennzeichnet)

MENÜ 3 Schonkost (schwarz gekennzeichnet)

03.03. Mo Nudleintopf mit Hühnerfleisch und frischem Gemüse, dazu 1 Brötchen, Pfannkuchen a1,F,G,I,J

Kasselerücken, 9 auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree und Senf, dazu Pfannkuchen a1,F,G,I

Schweinekammbraten mit Soße dazu Wirsinggemüse 10 und Salzkart., Pfannkuchen a1,F,I 3,5 BE
Eiw. 32, Fett 19, KH 42, KJ 2175, Kcal 514

04.03. Di Eieromelett auf Rahmspinat mit Salzkartoffeln, Obst a1,C,F,G,I,J

Hähnchenschnitzel mit Geflügelsoße, dazu Salzkartoffeln 6 und fruchtiger Krautsalat a1,F,G,I,J

Bolognese Fleisch- Kräuter-Soße 10 mit Spaghetti und geriebener Käse, dazu Obst, a1,F,G,I 4,0 BE
Eiw. 41, Fett 40, KH 48, KJ 3256, Kcal 777

05.03. Mi Thüringer Bratwurst 4 auf Sauerkraut 5 mit Kartoffelpüree und Senf a1,F,G,I,J

Chinapfanne Hähnchenbruststreifen auf Süß-Saurem-Gemüse mit Risotto, dazu Obst F,I,J

Kohlribbentopf mit Rauchfleisch 9 und Kartoffelwürfel, dazu Dessert a1,F,I 3,0 BE
Eiw. 34, Fett 20, KH 38, KJ 2114, Kcal 504

06.03. Do Heringssilet in Dillsoße mit Äpfeln, Zwiebeln und Gurken, dazu Kartoffeln (getrennt verpackt) F,G,I,J

Jägergulasch vom Schwein mit Champignons u. Kräutern, 3 Servietten-Knödel Selleriesalat m. Saurer Sahne C,F,G,I,J

3 Königsberger Klöße auf Möhren-Kohlrabi-Gemüse 10 mit Petersilienkartoffeln F,G,I,J 3,0 BE
Eiw. 50, Fett 18, KH 36, KJ 1953, Kcal 466

07.03. Fr Gebratener Fleischkäse mit Soße, dazu Lauchgemüse und Salzkartoffeln a1,C,F,G,I,J

Paniertes Flunderfilet mit Remouladensoße und heißem Specksalat a1,C,F,G,I,J

Schaskhikgulasch mit Letscho, dazu Nudeln und Balkansalat 3,0 BE
Eiw. 26, Fett 27, KH 38, KJ 2353, Kcal 583

08.03. Sa Bunter Gemüseintopf mit 2 Krakauer Würstchen und Kartoffeln, dazu 1 Brötchen, Dessert a1,I

Gegrillte Hähnchenkeule mit Soße 10, Vitalgemüse und Salzkartoffeln 6, Dessert a1,F,I 3,5 BE
Eiw. 36, Fett 20, KH 48, KJ 2335, Kcal 557

09.03. So Burgunderbraten 9 mit Bratensoße, dazu Bohnen Gemüse und Salzkartoffeln, Kompott a1,G,I,J

Putenkeulenbraten mit Bratensoße 10, dazu Fingermöhren und Salzkart., Kompott a1,F,I 3,0 BE
Eiw. 33, Fett 12, KH 44, KJ 2148, Kcal 513

MENÜ 2 (auch als Mini)

MENÜ 3 Schonkost

BE- Berechnung bezieht sich nur auf Sättigungsbeilage und Dessert

Guten Appetit!

Änderungen vorbehalten.
Essen zum Verzehr am selbigen Tag.

Hergestellt von:
Menü Express
Gotha GmbH
& CO.KG

- 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 Johanneskeremehl oder Quarkermehl

- h1=Mandeln,
- h2=Haselnüsse
- h3=Walnüsse
- h4=Kaschunüsse
- h5=Pecannüsse
- h6=Paranüsse
- h7=Pistazien
- h8/Macadamia
- I=Sellerie
- J=Senf
- K=Sesamamen
- L=Schwefeldioxid
- M=Lupinen
- N=Wichtigere
- X= kann Spuren von Allergenen enthalten

MENÜ 4 Kaltmenü

(grün
gekennzeichnet)

Mo

2 kleine Frikadellen
mit Kartoffelsalat, dazu Senf und
Vollkornbrot, Pfannkuchen a1,c,r,g,i,j

1 Hefekloß a1,g,

gefüllt mit Sauerkirschen, dazu Vanille-
soße und Käsebrötchen, Pfannkuchen

(gelb
gekennzeichnet)

Forelle „Müllerin Art“ 8 a1,g

mit zerl. Butter und Salzkartoffeln 6, dazu
Gurkensalat in Sauerrahm, Pfannkuchen

MENÜ 6 Vegetarisch

(grün
gekennzeichnet)

Di

Bunter Schichtsalat a1,r,g,i
m. Chinak., Tom., Paprika, Lauch, gek. Ei
Schinken u. Schmand, 1 Baguettebrötchen

Nudelplatte „Verona“ a1,r,g,i
Käsetortellini, Gorgonzolasoße, Penne
Nudel, Tomatensoße, gem. Salat, Dessert

Rotharschfilet paniert 8
mit Remouladensoße, dazu warmer
Speckkartoffelsalat, Obst g,j

MENÜ 7 Sondermenü

Mi

Schweinefiletstreifen
auf frischen Salaten der Saison mit Saure-
Sahne-Dressing F,g

Blumenkohl in Backteig
mit Petersilienkartoffeln 6 und Cocktail-
Dipp, dazu Obst a1,c,r,g,i,j

Lachsfilet 8
auf Blattspinat mit Bandnudeln, dazu
Dessert a1,g

Do

Paniertes Schweineschnitzel
mit buntem Nudelsalat, dazu
Obst a1,c,r,g,i,j

Grießbrei
mit Kirschkompott, dazu Käsebaguette
mit Tomaten garniert a1,g

Thunfischsteak gegrillt 8
mit Kräuterbutter, dazu Salzkartoffeln
und Tomatensalat, Dessert a1,c,r,g

Fr

Großer Brathering
mit Essig-Öl-Marinade, Zwiebelringe,
Brot und Butter, dazu Dessert a1,g

Gnocchi
mit Blattspinat- Käsesoße dazu
Eisbergsalat und Dressing, Obst a1,r,g,i

Viktoria Seebarschfilet 8
mit Limonen- Meerrettich-Soße dazu
Kart. u. Kopfsalat, Dressing, Dessert a1,g,

**Täglich
Von**

Montag bis Freitag

**Änderungen vorbehalten
Guten Appetit**

MENÜ 5

Salatpokal

Hähnchen Nuggets, auf frischen
Salaten der Saison, Kürbiskerne
Croutons, Mandarinen
Italienisches Dressing,
dazu 1 Brötchen a1,r,

MENÜ 8

Soljanka

mit Kasselerfleisch, dazu
1 Brötchen, Dessert a1,r,i
Montag bis Freitag

10. Woche

Name:

Tour:

Abendbrot vom 03.03.25 – 09.03.25

Änderungen vorbehalten

Mo
Schweizer Wurstsalat
dazu 1 Baguettebrötchen und Butter
A,G

Di
Bratenplatte
3 verschiedene Sorten Braten, Senf
2 Scheiben Weißbrot und Butter A,G

Mi
Frikadelle
mit Nudelsalat und
Senf A,G,C

Do
Schinken-Käseplatte
2 verschiedene Sorten Schinken, Schnittkäse,
2 Scheiben Vollkornbrot und Butter A,G

Fr
Gegrillte Hähnchenkeule
mit buntem Reissalat
G,C

Sa
Salamiplatte
3 versch. Sorten Salami mit Garnitur, dazu
2 Scheiben Mischbrot und Butter A,G

So
2 Schinkenröllchen
mit Spargelfüllung, dazu Nudelsalat
A,G,C

- 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 Johanniskeimehl oder Guarkeimehl

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

Abendbrot vom 03.03.25 – 09.03.25

Änderungen vorbehalten

Mo
Schweizer Wurstsalat
dazu 1 Baguettebrötchen und Butter
A,G

Di
Bratenplatte
3 verschiedene Sorten Braten, Senf
2 Scheiben Weißbrot und Butter A,G

Mi
Frikadelle
mit Nudelsalat und
Senf A,G,C

Do
Schinken-Käseplatte
2 verschiedene Sorten Schinken, Schnittkäse,
2 Scheiben Vollkornbrot und Butter A,G

Fr
Gegrillte Hähnchenkeule
mit buntem Reissalat
G,C

Sa
Salamiplatte
3 versch. Sorten Salami mit Garnitur, dazu
2 Scheiben Mischbrot und Butter A,G

So
2 Schinkenröllchen
mit Spargelfüllung, dazu Nudelsalat
A,G,C

- 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 Johanniskeimehl oder Guarkeimehl

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