



Volkssolidarität  
Essen auf Rädern  
Zittauer Str. 27 Haus 8  
99096 Erfurt

DE TH 03515 EG  
SPEISENPLAN für die Woche vom 30.01. - 05.02.2023

05. Woche

Kundenname:  
Tour:

Tel: 0361 / 2606107 Fax: 6537094

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  
h8 Macadamia  
I = Sellerie  
J = Senf  
K = Sesamsamen  
L = Schwefeldioxid  
M = Lupinen  
N = Weichtiere  
X = kann Spuren von Allergenen enthalten



30.01. Nudeleintopf mit Rindfleisch und feinem Gemüse dazu 1 Brötchen, Dessert a1,F,G

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

Eieromelett mit Rahmspinat, mit Salzkartoffeln,6 Dessert a1, F, G, I 3,0 BE

EW.	30
Fett	20
KH	36
KJ	1916
Kcal	457

31.01. 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 Schweinef., 10 mit Tomatenwü. dazu Spiralen, Eisbergs. Dres. 5.a1,F,G,I,3,5 BE

EW.	41
Fett	40
KH	55
KJ	3256
Kcal	777

01.02. Gulasch vom Rind und Schwein mit Butternudeln und Rohkostsalat a1,F,G,I

Heringfilet „Matjes Art“ in pikanter Tunke mit Äpfeln, Zwiebeln und Gurken, Salzkartoffeln (extra verp.), C,G,I

Schweinsteak gedünstet mit Soße ,10 dazu Romanesco Mix und Kartoffeln a1 F, I 3,0 BE

EW.	40
Fett	26
KH	38
KJ	2339
Kcal	573

02.02. Krautgulasch mit Schweinefleisch und Weibkohl dazu Salzkartoffeln, Obst G,I,J,I

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

Hausgemachter Hackbraten mit Soße 10, dazu Fingerringen und Kartoffeln, Obst a1,C,F,I. 3,0 BE

EW.	38
Fett	22
KH	38
KJ	2418
Kcal	578

03.02. gefüllte Paprikaschote mit SchinkenTomatensoße,9 dazu Reisorisotto Obst a1,C,F,I

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

Gedünsteter Seelachs in Dillsoße 10 dazu Salz- Kartoffeln, Karottensalat 5 a1,F,G,I 3,0 BE

EW.	34
Fett	21
KH	36
KJ	2039
Kcal	487

04.02. Putenrahmgulasch mit Spiralen und Rote Beete Salat Dessert a1,C,G,I,F

Kartoffeleintopf mit 2 Wiener Würstchen,4 und feinem Gemüse, Dessert a1,F,I 3,0 BE

EW.	25
Fett	18
KH	45
KJ	2617
Kcal	625

Änderungen vorbehalten.  
Essen zum Verzehr am selbigen Tag.

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

Putenbrustbraten in Sahnesoße dazu Sommergemüse undKH Salzkartoffeln, Kompott a1,F,I

EW.	42
Fett	16
KH	37
KJ	1953
Kcal	466

Hergestellt von:  
Menü Express  
Gotha GmbH  
& CO KG

BE- Berechnung bezieht sich nur auf Sättigungsbeilage und Dessert

Guten Appetit!

## MENÜ IV Kaltmenü

(grün  
gekennzeichnet)

**Mo**  
2 Bratklöße  
mit Mayonaisse Salat, Garnitur, dazu Senf  
und Dessert c.F.G.J

**Mi**  
Blumenkohl-Käse-Medailon  
mit Rahmsauce, dazu Petersilien-  
kartoffeln, Dessert a1.C.G.I

**Di**  
2 Schinkenröllchen  
gefüllt mit Spargel  
auf Nudelsalat a1.F.G.J

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

**Mi**  
Gegrillte Hähnchenkeule  
mit Reissalat F.G.J

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

**Do**  
Panieretes Schweinschnitzel  
mit mexikanischem Bohnensalat,  
dazu Obst a1.C.F

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

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

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

**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 VI Vegetarisch

(gelb  
gekennzeichnet)

**Schweinelendchen „Fürsterin“**  
mit Champ.-Sahne-Soße, hausgemachten  
Spätzle, Eisberg m. Dress, Dess. a1.C.F.G.I.J

**Schweinsteak „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.J

## MENÜ VIII

### Kartoffelbratwurst 9,4

auf Sauerkraut  
mit Püree a1.F.G.J  
Montag bis Freitag

**05. Woche**

Name:

Tour:

Abendbrot vom 30.01. bis 05.02.2023

Abendbrot vom 30.01. bis 05.02.2023

Änderungen vorbehalten

Änderungen vorbehalten

**Mo**

**Mo**

Heringssalat „Hausfrauen Art“

Heringssalat „Hausfrauen Art“

Gurke, Zwiebeln und saure Sahne, dazu

Gurke, Zwiebeln und saure Sahne, dazu

2 Scheiben Mischbrot und Butter <sub>A, C, J, G</sub>

2 Scheiben Mischbrot und Butter <sub>A, C, J, G</sub>

**Di**

**Di.**

Käseplatte

Käseplatte

2 versch. Sorten Schnittkäse, 1 Käsecke

2 versch. Sorten Schnittkäse, 1 Käsecke

2 Scheiben Vollkornbrot und Butter <sub>A, G</sub>

2 Scheiben Vollkornbrot und Butter <sub>A, G</sub>

**Mi**

**Mi**

Kräuterquark

Kräuterquark

2 Scheiben Mischbrot

2 Scheiben Mischbrot

und Butter <sub>F, G, I</sub>

und Butter <sub>F, G, I</sub>

**Do**

**Do**

Gemischte Wurstplatte

Gemischte Wurstplatte

Bierschinken, Leberkäse und Teewurst, dazu

Bierschinken, Leberkäse und Teewurst, dazu

2 Scheiben Mischbrot und Butter <sub>A, G</sub>

2 Scheiben Mischbrot und Butter <sub>A, G</sub>

Allergene:

Allergene:

**Fr**

**Fr**

1 Frikadelle

1 Frikadelle

mit Kartoffelsalat

mit Kartoffelsalat

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

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

A = Gluten  
B = Krebstiere  
C = Eier  
D = Fisch  
E = Erdnüsse  
F = Soja  
G = Milch/Lactose

A = Gluten  
B = Krebstiere  
C = Eier  
D = Fisch  
E = Erdnüsse  
F = Soja  
G = Milch/Lactose

**Sa**

**Sa**

Streichwurstplatte

Streichwurstplatte

mit Leberwurst, Mettwurst, Teewurst, dazu

mit Leberwurst, Mettwurst, Teewurst, dazu

2 Scheiben Mischbrot und Butter <sub>A, G</sub>

2 Scheiben Mischbrot und Butter <sub>A, G</sub>

H = Schalenfrüchte  
I = Sellerie  
J = Senf  
K = Sesamsamen  
L = Schwefeldioxid  
M = Lupinen  
N = Weichtiere  
X = kann Spuren von

H = Schalenfrüchte  
I = Sellerie  
J = Senf  
K = Sesamsamen  
L = Schwefeldioxid  
M = Lupinen  
N = Weichtiere  
X = kann Spuren von

**So**

**So**

2 Schinkenröllchen

2 Schinkenröllchen

mit Spargelfüllung,

mit Spargelfüllung,

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

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

Allergenen enthalten

Allergenen enthalten

1 = mit Farbstoff

5 = mit Süßungsmittel

9 = mit Nitrit Pökelsalz

2 = mit Konservierungsstoff

6 = mit Antioxidationsmittel

3 = mit Geschmacksverstärker

7 = gewachst

4 = mit Phosphat

8 = kann Geräten enthalten

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 Geräten enthalten

9 = mit Nitrit Pökelsalz

10 = gebunden mit

Johanniskernmehl oder  
Guarkernmehl