

**Volkssolidarität**

**Essen auf Rädern**

**Clara-Zetkin-Straße 50**

**99867 Gotha**

**Tel: 03621 / 3199354 Fax: 5045538**



**SPEISENPLAN für die Woche vom 06.10. - 12.10.2025**

**41. Woche**

Kundenname: \_\_\_\_\_  
 Tour: \_\_\_\_\_



**MENÜ 1 (auch als Mini)** (ohne Kennzeichnung)

**MENÜ 2** (rot gekennzeichnet)

**MENÜ 3 Schonkost** (schwarz gekennzeichnet)

**06.10. Mo**  
**Frischer Möhreintopf**  
 mit Kasselerfleisch 9 Petersilie und Kartoffeln, dazu 1 Brötchen, Dessert a1,F,I

**Szegeedner Gulasch vom Schwein**  
 mit Paprika und Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree und Dessert a1,G

**Hühnerfrikassee 10**  
 mit Erbsen und Risotto, dazu Dessert a1,F,G,I 3,0 BE  
 Eiw. 24, Fett 36, KH 44, KJ 2500, Kcal 599

**07.10. Di**  
**Deftiger Wurstgulasch 4**  
 mit Butternudeln, dazu Eisbergsalat mit Dressing a1,G,F,I

**Thüringer Rostbrätl**  
 mit Zwiebelsoße und Bratkartoffeln, dazu Kompott a1,G,F,I

**Fischfilet**  
 auf Blattspinat 10 mit Salzkartoffeln, dazu Kompott a1,F,G,I 3,0 BE  
 Eiw. 40, Fett 28, KH 36, KJ 2178, Kcal 520

**08.10. Mi**  
**Vanillereisbrei**  
 bestreut mit Zucker und Zimt, dazu Apfelmus u. 1 Brötchen m. Käsecke (getr. verp.) a1,G

**Schweineschnitzel**  
 mit Rahmchampignons 3, dazu Petersilienkartoffeln und Obst a1,C,F,G,I,J

**Frikadelle**  
 mit Soße 10, dazu Schwarzwurzeln u. Salzkartoffeln a1,C,F,G,I 3,0 BE  
 Eiw. 47, Fett 27, KH 36, KJ 2535, Kcal 606

**09.10. Do**  
**Schweinebraten**  
 mit Soße, dazu Kohlrabigemüse und Serviettenknödel a1,G,F,I,J

**Makkaroni**  
 mit Schinken und einer Käsesahnesoße, dazu Krautsalat a1,F,C,G,I,J

**3 gekochte Eier**  
 mit Petersiliensoße 10, Salzkartoffeln und Rote-Beete-Salat a1,F,G,I 3,0 BE  
 Eiw. 33, Fett 20, KH 37, KJ 2163, Kcal 517

**10.10. Fr**  
**Hackfleischbällchen**  
 mit Champignonrahmsauce und Spiralen, dazu Obst a1,F,G,I

**Seelachsfilet paniert**  
 mit Petersiliensauce und Salzkartoffeln, dazu Karottensalat a1,F,G,I,J

**Hähnchenbrustfilet**  
 mit Geflügelsoße 10, dazu Leipziger Allerlei und Salzkart. a1,F,G,I 3,0 BE  
 Eiw. 27, Fett 9, KH 39, KJ 1488, Kcal 349

**MENÜ 2 (auch als Mini)**

**MENÜ 3 Schonkost**

BE- Berechnung bezieht sich nur auf Sättigungsbilanz und Dessert

**11.10. Sa**  
**Geflügelpfanne a1,F,G,I**  
 Putenstreifen in Rahmsauce mit feinem Gemüse, Champignons und Spätzle, Dessert

**Reisintopf**  
 mit feinem Gemüse und Fleisch-Klößchen, dazu Dessert a1,F,G,I 3,0 BE  
 Eiw. 25, Fett 21, KH 44, KJ 1935, Kcal 436

**12.10. So**  
**Mutzbraten**  
 mit Soße, dazu Apfelrotkohl und 2 Thüringer Klöße, Kompott a1,F,I

**Putengulasch 10**  
 mit Frühlingsgemüse und Salzkartoffeln, Kompott a1,F,I 3,0 BE  
 Eiw. 68, Fett 18, KH 46, KJ 2617, Kcal 625

- 1 = mit Farbstoff
- 2 = mit Konservierungsstoff
- 3 = mit Geschmacksverstärker
- 4 = mit Phosphat
- 5 = mit Süßungsmittel
- 6 = mit Antioxidationsmittel
- 7 = gewachsen
- 8 = kann Cräten enthalten
- 9 = mit Nitritpökelsalz
- 10 = gebunden mit Johannekeremehl oder Quartermehl

**Guten Appetit!**  
 Änderungen vorbehalten.  
 Essen zum Verzehr am selbigen Tag.  
 Hergestellt von:  
**Menu Express**  
**Gotha GmbH**  
**& CO.KG**

## MENÜ 4 Kaltmenü

(grün  
gekennzeichnet)

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

**Heringssalat**

**Di** **Hähnchenschenkel, gegrillt**  
mit Kartoffelsalat, Obst  
c,F,G,J

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

**Do** **Gebratene Putenbrust**  
mit Remouladensauce, 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

**Vegane Hackbällchen**  
mit Kichererbsen-Kürbiscurry, dazu Reis, Dessert a1, F,G,I,J

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

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

## MENÜ 7 Sondermenü

**Gegrilltes Viktoriasebarschfilet**  
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

**Gyrosgeschneitzetes vom Schwein**  
mit Tatsiki und Tomatenreis, Dessert F,I,J,G

## Täglich Von

**Montag bis Freitag**

Änderungen vorbehalten

## MENÜ 5

### Salatpokal

mit frischen Salaten der Saison u. Sojasprousen, Paprikastreifen u. Partyfrikadellen,  
1 Brötchen, French Dressing,  
Croupons  
a1,G,C,F

## MENÜ 8

### Salami Pizza 9

mit gemischtem Salat und Dressing  
a1,G,J,I,  
**Montag bis Freitag**

**Guten Appetit**

**41. Woche**

Abendbrot vom 06.10. bis 12.10.2025

Abendbrot vom 06.10. bis 12.10.2025

Änderungen vorbehalten

Änderungen vorbehalten

**Mo**

**Salami-Käseplatte**  
Salami und Schnittkäse, dazu  
2 Brötchen und Butter A

**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

**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

**Mi**

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

**Do**

**Schweineschnitzel paniert**  
mit buntem Nudelsalat  
A, G, J

**Do**

**Schweineschnitzel paniert**  
mit buntem Nudelsalat  
A, G, J

**Fr**

**2 Stück Rollmops**  
mit Garnitur, dazu 2 Scheiben  
Vollkornbrot A

**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

**Sa**

**Bratenplatte**  
3 versch. Sorten Braten, Senf, dazu  
2 Scheiben Brot und Butter A, G

**So**

**Käsesalat**  
dazu 1 Baguettebrötchen  
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

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

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

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