

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 21.11. – 27.11.2022

47. Woche

Kundenname:
Tour:



MENÜ 1 (auch als Mini) (ohne Kennzeichnung)

MENÜ 2 (rot gekennzeichnet)

MENÜ 3 Schonkost (schwarz gekennzeichnet)

21.11. Mo Thüringer Kartoffelsuppe mit 2 Wiener Würstchen 4 Speck, Zwiebeln u. frischem Gemüse, Brötchen, Dessert a1,F,I

Wirsingroulade mit Hackfleischfüllung dazu Bratensoße und Salzkartoffeln, dazu Dessert a1,F,G,I,J

3 gebratene Fleischklößchen auf Spargelgemüse 10 mit Petersilienkartoffeln, Dessert a1,F,G,I 3,5 BE

Eiw.	29
Fett	24
KH	43
KJ	2228
Kcal	532

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

22.11. Di 3 Hefeklöße mit heißen Birnenwürfel, dazu Kompott a1,G,C

Schweinesteak „Zigeuner Art“ mit Zigeunersoße, dazu Gabelspaghetti und Partysalat a1,F,I

2 Rostbratwürstchen4 auf Rahmspinat 10 mit Salzkartoffeln a1 F,I 3,0 BE

Eiw.	36
Fett	34
KH	36
KJ	2475
Kcal	591

23.11. Mi Gepökelter Schweinekamm,9 mit Meerrettichsoße und Salzkartoffeln, dazu Rote-Beete-Salat 5, a1,G,I,J

Putenschnitzel paniert mit Rahmsoße, dazu Babykarotten und Salzkartoffeln a1,G,F,G,

Gedämpftes Seelachsfilet 8 mit Dillsoße 10 Salzkartoffeln und Eisbergsalat, Dressing a1,C,F,G,I,J 3,0 BE

Eiw.	32
Fett	6
KH	36
KJ	1649
Kcal	392

24.11. Do Jagdwurstwürfel 4 in Tomatensoße dazu Butternudeln und Gurkensalat a1,G,I,J

Grützwurst 9 mit Sauerkraut dazu Salzkartoffeln, Obst G,F,J,I

Hähnchenkeule mit Geflügelsoße, Brokkoli und Salzkartoffeln, a1,C,F,G,I 3,5 BE

Eiw.	42
Fett	19
KH	42
KJ	2175
Kcal	514

25.11. Fr Schweinerollbraten mit Soße, dazu Schwarzwurzeln und Salzkartoffeln a1,C,F,G,I,J

Seehechtfilet 8, paniert Zitronenbuttersoße, dazu Salzkartoffeln und Möhrensalat in saurer Sahne a1,C,G,F,I

Gedünstetes Hähnchenbrustfilet in Geflügeljus 10 mit Sommergemüse und Salzkartoffeln a1 F,I 3,0 BE

Eiw.	25
Fett	34
KH	37
KJ	2423
Kcal	576

BE- Berechnung bezieht sich nur auf Sättigungsbeilage und Dessert

MENÜ 2 (auch als Mini)

MENÜ 3 Schonkost

26.11. Sa Wirsinggemüse mit Kasselerfleisch 9 dazu Salzkartoffeln, Dessert a1,F,I

Rindfleischsuppe mit Nudeln, feinem Gemüse und Gartenkräutern, Dessert F,I 3,5 BE

Eiw.	26
Fett	23
KH	42
KJ	2005
Kcal	478

27.11. So Schweinegulasch mit 2 Th. Klöße, dazu Farmersalat und Obst a1,G,

Schweineroulade „Hausfrauen Art“ mit Soße 10 Leip. Allerlei, Serviettenknödel, dazu Obst a1,C,F,G,I,J 3,0 BE

Eiw.	26
Fett	18
KH	48
KJ	2214
Kcal	520

- 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 4 Kaltmenü

(grün
gekennzeichnet)

Mo

Schweizer Wurstsalat
mit Emmentaler, Gurken und Zwiebeln,
dazu Brot und Butter, Dessert a1,G

Di

Paniertes Schnitzel
mit Kartoffelsalat und Senf,
dazu Obst a1,G,I,C

Mi

Verschiedene Salate der Saison
mit einem kleinen Steak und Saure-
Sahne-Dressing G

Do

Griechischer Bauernsalat
mit Tomaten, Gurken, Paprika und
Fetakäse, dazu Baguette und Butter a1,G

Fr

Bunter Eiersalat
mit gekochtem Schinken 9, dazu Brot und
Butter a1,G,J

MENÜ 6 Vegetarisch

(gelb
gekennzeichnet)

Panierter Fetakäse
mit Tomatensoße und Reisorisotto, dazu
Gurkensalat und Dessert a1,G,

Brokkoli Auflauf
mit Salzkartoffeln,
dazu Dessert a1,C,G

Käsespätzle a1,C,G,
mit Rahmsoße, überbacken mit Käse
Röstzwiebeln, Chinakohlsalat Dres.,Dess.

Tomaten-Zucchini-Gemüse a1,G
in Kräuter-Tomatensoße mit Käse
überbacken, dazu Reis, Dessert

Nudel-Spinat- Auflauf
mit Käse überbacken, dazu Eisbergsalat
mit Dressing, Obst a1,C,G

MENÜ 7 Sondermenü

Forelle „Müllerin Art“ 8
mit zerl. Butter und Salzkartoffeln 6, dazu
Gurkensalat in Sauerrahm, Dessert G

Rotbarschfilet paniert 8
mit Remouladensoße, dazu warmer
Speckkartoffelsalat, Obst G,J

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

Thunfischsteak gegrillt 8
mit Kräuterbutter, dazu Salzkartoffeln und
Tomatensalat, Dessert a1,C,F,G

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

MENÜ 5

Salatpokal

Frische Salate der Saison mit
Minischnitzel, Paprikastreifen,
Croutons, Peperoni dazu 1 Brötchen,
Joghurtdressing
a1, G,

MENÜ 8

Milchreis

mit Zucker und Zimt, dazu ein
großer Becher Rote Grütze
G

Montag bis Freitag

47. Woche

Guten Appetit

Abendbrot vom 21.11.2022 – 27.11.2022

Änderungen vorbehalten

Mo	Salami-Käseplatte (Salami und Schnittkäse) Butter und 2 Brötchen A
Di	Hausgemachter Fleischsalat mit 2 halben Eiern, dazu 2 Scheiben Mischbrot und Butter A, J
Mi	Schnittlauchquark mit Garnitur und 2 Scheiben Mischbrot A, G
Do	Schweineschnitzel paniert mit buntem Nudelsalat A, G, J
Fr	2 Stück Rollmops mit Garnitur, Butter und 2 Scheiben Vollkornbrot A
Sa	Bratenplatte (3 Sorten Braten), Senf Butter und 2 Scheiben Brot A, G
So	Käsesalat dazu Butter und 1 Baguettebrötchen 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 Johanniskernmehl oder Quarkermehl

Name:

Tour:

Abendbrot vom 21.11.2022 – 27.11.2022

Änderungen vorbehalten

Mo	Salami-Käseplatte (Salami und Schnittkäse) Butter und 2 Brötchen A
Di.	Hausgemachter Fleischsalat mit 2 halben Eiern, dazu 2 Scheiben Mischbrot und Butter A, J
Mi	Schnittlauchquark mit Garnitur und 2 Scheiben Mischbrot A, G
Do	Schweineschnitzel paniert mit buntem Nudelsalat A, G, J
Fr	2 Stück Rollmops mit Garnitur, Butter und 2 Scheiben Vollkornbrot A
Sa	Bratenplatte (3 Sorten Braten), Senf Butter und 2 Scheiben Brot A, G
So	Käsesalat dazu Butter und 1 Baguettebrötchen 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 Johanniskernmehl oder Quarkermehl