

Volksolidarität
Essen auf Rädern

Zittauer Str. 27 Haus 8
99091 Erfurt

Tel: 0361 / 2606107 Fax: 6537094

DE
TH 03515
EG

09. Woche

Kundenname:
Tour:

SPEISENPLAN für die Woche vom 23.02. - 01.03.2026



MENÜ 1 (auch als Mini) (ohne Kennzeichnung)

MENÜ 2 (rot gekennzeichnet)

MENÜ 3 Schonkost (schwarz gekennzeichnet)

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

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

Eieromelett
mit Rahmspinal 10, mit Salzkartoffeln, Dessert a1,F,G,I,6 3,0 BE
Eiw. 30, Fett 20, KH 36, KJ 1916, Kcal 457

24.02. Di
Thüringer Bratwurst 4
auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree Senf F,G,I

Hähnchenbrustfilet paniert
mit Geflügelsoße, dazu Schwarzwurzelgemüse und Salzkartoffeln a1,C,F,G,I,J

Italienisches Tomatenfleisch
Schweinef. 10, mit Tomatenwü., dazu Spiralen, Eisbergs., Dres.s, a1,F,G,I 3,5 BE
Eiw. 41, Fett 40, KH 55, KJ 3256, Kcal 777

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

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

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

26.02. Do
Gebratener Fleischkäse
auf Bayrischkraut, dazu Salzkartoffeln G,F,J,I

Thüringer Rostbrätl
mit Zwiebelsoße, dazu Kartoffelpüree und Bohnensalat a1,C,F,G,I,J

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

27.02. Fr
Gefüllte Paprikaschote
mit Schinkentomatensöße 9, dazu Reisrisotto und 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 Salzkartoffeln, Karottensalat 5 a1,F,G,I 3,0 BE
Eiw. 34, Fett 21, KH 36, KJ 2039, Kcal 487

MENÜ 2 (auch als Mini)

MENÜ 3 Schonkost

BE- Berechnung bezieht sich nur auf Sättigungsbeilage und Dessert

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

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

01.03. So
Gefüllter Schweinekamm (mit Hackfl.)
mit Soße, dazu Sommergemüse, Semmelknödel, Kompott a1,C,F,G,I,J

Putenbrustbraten
in Sahnesoße, dazu Sommergemüse, Salzkartoffeln, Kompott a1,F,I 3,0 BE
Eiw. 42, Fett 16, 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 Nitratsalz
10 = gebunden mit Johanniskeim
oder Quarkkeim

- 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 Kaschunisse
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

MENÜ 4 Kaltmenü

(grün
gekenntzeichnet)

Mo

2 Bratklopse
mit Mayonnaissalat, 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 Schweineschnitzel
mit mexikanischem Bohnensalat,
dazu Obst a1,C,F

Fr

Holländischer Käsesalat a1,C
mit Gouda, Paprika, Tomaten, Gurken
und Zwiebeln, dazu Baguettebr. u. Butter

MENÜ 6 Vegetarisch

(gelb
gekenntzeichnet)

Blumenkohl-Käse-Medallion
mit Rahmsöße, dazu Petersilienkartoffeln,
Dessert a1,C,G,I

2 Pfannkuchen

mit Äpfeln gefüllt,
dazu warme Vanillesöße, Dessert a1,C,G

Bunte Nudeln mit Tomatenragout
mit Gurkensalat und Dessert
a1,F,G

Brokkoli-Kohlrabi-Auflauf
mit Käse überbacken, dazu Rahm-
Kartoffeln, Dessert a1,F,G,I

Vanillereisbrei a1,C
mit heißen Sauerkirschen, dazu
Baguettebrötchen mit Käse und Tomaten

MENÜ 7 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-
Kartoffeln, gem. Salat, Dressing, Dessert

gegrillte Entenkeule
mit Soße dazu Apfelrotkohl und 2 Th.
Klöße a1,C,G,I,J

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

Änderungen vorbehalten

MENÜ 5

Salatpokal

mit frischen Salaten der Saison,
Peperoni, Croutons, Sojasprossen,
Schweinefiletstreifen, dazu Himbeer-
Balsamico-Dressing und Brötchen
a1,C,F

MENÜ 8

Gegrillte Schweinehaxe

mit Kartoffelsalat, Senf
(extra verpackt)

Montag bis Freitag

09. Woche

Abendbrot vom 23.02. – 01.03.2026

Änderungen vorbehalten

Mo

Kräuterquark

2 Scheiben Mischbrot
und Butter F, G, I

Di

Käseplatte

2 versch. Sorten Schnittkäse, 1 Käsecke,
2 Scheiben Vollkornbrot und Butter A, G

Mi

Heringssalat „Hausfrauen Art“

Gurke, Zwiebeln und saure Sahne,
dazu 2 Scheiben Mischbrot und Butter A, C, I, G

Do

Gemischte Wurstplatte

Bierschinken, Leberkäse und Teewurst,
dazu 2 Scheiben Mischbrot und Butter A, G

Fr

1 Frikadelle

mit Kartoffelsalat
und Senf A, C, G, J

Sa

Streichwurstplatte

mit Leberwurst, Mettwurst, Teewurst,
dazu 2 Scheiben Mischbrot und Butter A, G

So

2 Schinkenröllchen

mit Spargelfüllung,
dazu Nudelsalat A, C, 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
Guarkernmehl

Name:

Tour:

Abendbrot vom 23.02. – 01.03.2026

Änderungen vorbehalten

Mo

Kräuterquark

2 Scheiben Mischbrot
und Butter F, G, I

Di.

Käseplatte

2 versch. Sorten Schnittkäse, 1 Käsecke,
2 Scheiben Vollkornbrot und Butter A, G

Mi

Heringssalat „Hausfrauen Art“

Gurke, Zwiebeln und saure Sahne,
dazu 2 Scheiben Mischbrot und Butter A, C, I, G

Do

Gemischte Wurstplatte

Bierschinken, Leberkäse und Teewurst,
dazu 2 Scheiben Mischbrot und Butter A, G

Fr

1 Frikadelle

mit Kartoffelsalat
und Senf A, C, G, J

Sa

Streichwurstplatte

mit Leberwurst, Mettwurst, Teewurst,
dazu 2 Scheiben Mischbrot und Butter A, G

So

2 Schinkenröllchen

mit Spargelfüllung,
dazu Nudelsalat A, C, G

- 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