

Volksolidarität

Regionalverband Mühlhausen

Judenstraße 34

99974 Mühlhausen

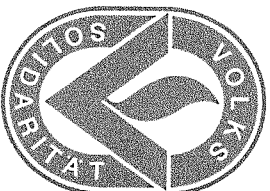
Tel: 03601 / 882910 Fax: 882911

SPEISENPLAN für die Woche vom 21.09. – 27.09.2026

DE
TH 03515
EG

39. Woche

Kundenname:
Tour: _____



MENÜ 1 (auch als Mini) (ohne Kennzeichnung)

MENÜ 2 (rot gekennzeichnet)

MENÜ 3 Schonkost (schwarz gekennzeichnet)

21.09. MO Thüringer Kartoffelsuppe mit 2 Wiener Würstchen 4, Speck, Zwiebeln u. frischem Gemüse, Bröt., Dessert a1, F, I

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

3 gebratene Fleischklößchen auf Spargelgemüse mit Petersilienkartoffeln, Dessert a1, F, G, I 4,5 BE
Eiw. 29, Fett 24, KH 43, KJ 2228, Kcal 532
Allergene: A = Gluten, a1 = Weizen, a2 Roggen

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

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

Hähnchenbruststreifen mit einer Spinatkäsesoße, dazu Makkaroni, Obst a1, I, J, F, G 3,5 BE
Eiw. 36, Fett 34, KH 36, KJ 2475, Kcal 591
Allergene: a3 Gerste, a4 Hafer, B = Krebstiere, C = Eier, D = Fisch, E = Erdnüsse, F = Soja

23.09. 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, Salzkartoffeln und Eisbergsalat, Dressing a1, F, G, I, J 3,0 BE
Eiw. 32, Fett 6, KH 36, KJ 1649, Kcal 392
Allergene: 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

24.09. Do Jagdwurstwürfel 4 in Tomatensoße mit Butternudeln und Gurkensalat a1, G, I, J

Wellfleisch auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree, Obst a1, F, I

Hähnchenkeule mit Geflügelsoße, Balkangemüse und Salzkartoffeln, a1, F, G, I 3,5 BE
Eiw. 42, Fett 19, KH 42, KJ 2175, Kcal 514

25.09. Fr Schweinerollbraten mit Soße, dazu Rotkohl 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 mit Sommergemüse und Salzkartoffeln a1, F, I 3,0 BE
Eiw. 25, Fett 34, KH 37, KJ 2423, Kcal 576

MENÜ 2 (auch als Mini)

MENÜ 3 Schonkost

BE - Berechnung bezieht sich nur auf Sättigungsbeilage und Dessert

26.09. Sa Wirsinggemüse mit Hackfleischbällchen 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

Guten Appetit!

Änderungen vorbehalten.
Essen zum Verzehr am selben Tag.

27.09. So Schweinegulasch mit 2 Thüringer Klöße, dazu Farmersalat und Obst a1, G

Putenbraten mit Soße, dazu Möhrengemüse und Salzkartoffeln, Obst a1, G, I, J
Eiw. 26, Fett 18, KH 48, KJ 2214, Kcal 530

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

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

Mi

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

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)

MENÜ 7 Sondermenü

Panierter Fetakäse

mit Tomatensoße und Reisrisotto,
dazu Gurkensalat und Dessert a1, G

Schweinelendchen „Försterin“

mit Champ.-Sahne-Soße, hausgemacht.
Spätzle, Eisberg m. Dress, Dess. a1, C,F,G,I,J

Käsespätzle a1, C, G

mit Rahmsoße, überbacken mit Käse,
Röstzwiebeln, Eisbergsalat, Dres., Dess.

Schweinesteak „au four“ a1, F, G, I, J

mit Würzfleisch überbacken, dazu Röst-
Kartoffeln, gem. Salat, Dressing, Dessert

Tomaten-Zucchini-Gemüse

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

Gyrosgeschnetzeltes vom Schwein

mit Tsatsiki und Tomatenreis, Dessert
F, I, J, G

Brokkoli-Auflauf

mit Salzkartoffeln und Dessert
a1, C, G

Mutzbraten

mit Soße, dazu Serviettenknödel und
Waldorfsalat, Obst a1, C, F, G, I, J

Nudel-Spinat-Auflauf

mit Käse überbacken, dazu Eisbergsalat
mit Dressing, Obst a1, C, G

Hausgemachtes gefülltes Kraut

mit Bratensoße und Kartoffeln,
dazu Dessert a1, C, F, I

Täglich

Von

Montag bis Freitag

MENÜ 5

Salatpokal

Frische Salate der Saison mit
Minischnitzel, Paprikastreifen,
CROUTONS, Peperoni, dazu Brötchen,
Joghurdressing
a1, G

MENÜ 8

Milchreis

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

39. Woche

Änderungen vorbehalten

Guten Appetit

Abendbrot vom 21.09. – 27.09.2026

Änderungen vorbehalten

Mo

Heringssalat „Hausfrauen Art“

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

Di

Käseplatte

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

Mi

Kräuterquark

2 Scheiben Mischbrot
und Butter _{F,G,I}

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,I}

Sa

Streichwurstplatte

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

So

2 Schinkenröllchen

mit Spargelfüllung,
dazu Nudelsalat _{A,G,C}

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 21.09. – 27.09.2026

Änderungen vorbehalten

Mo

Heringssalat „Hausfrauen Art“

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

Di.

Käseplatte

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

Mi

Kräuterquark

2 Scheiben Mischbrot
und Butter _{F,G,I}

Do

Gemischte Wurstplatten

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

Fr

1 Frikadelle

mit Kartoffelsalat
und Senf _{A,C,G,I}

Sa

Streichwurstplatte

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

So

2 Schinkenröllchen

mit Spargelfüllung,
dazu Nudelsalat _{A,G,C}

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