

Volkssolidarität

Essen auf Rädern

Zittauer Str. 27 Haus 8

99091 Erfurt

Tel: 0361 / 2606107 Fax: 6537094

SPEISENPLAN für die Woche vom 03.11. - 09.11.2025

DE
TH 03515
EG

45. Woche

Kundenname:

Tour:



MENÜ 1 (auch als Mini)

(ohne
Kennzeichnung)

MENÜ 2

(rot
gekennzeichnet)

MENÜ 3 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
h8Macadamia
I=Sellerie
J=Senf
K=Sesamsamen
L=Schwefeldioxid
M=Lupinen
N=Weichtiere
X= kann Spuren von
Allergenen enthalten

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

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

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

04.11. **Di** **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
Schweinefl.10, mit Tomatenwü., dazu
Spiralen, Eisbergs.,Dres.5,a1,F,G,I 3,5 BE
Eiw. 41
Fett 40
KH 55
KJ 3256
Kcal 777

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

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

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

06.11. **Do** **Gebratener Fleischkäse**
auf Bayrischkraut, dazu Salzkartoffeln
G,F,I,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

07.11. **Fr** **Gefüllte Paprikaschote**
mit Schinkentomatensauce 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

08.11. **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

09.11. **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 Nitritpökelsalz
- 10 = gebunden mit Johannesskernmehl
oder Quarkkernmehl

Guten Appetit!

Änderungen vorbehalten
Essen zum Verzehr
am selben Tag.

Hergestellt von:
Menü Express
Gotha GmbH
& CO.KG

MENÜ 4 Kaltmenü

(grün
gekennzeichnet)

Mo

2 Bratklopse

mit Mayonaisesalat, 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,G

mit Gouda, Paprika, Tomaten, Gurken
und Zwiebeln, dazu Baguettebr. u. Butter

MENÜ 6 Vegetarisch

(gelb
gekennzeichnet)

Blumenkohl-Käse-Medaillon

mit Rahmsoße, dazu Petersilienkartoffeln,
Dessert a1,C,G,I

2 Pfannkuchen

mit Äpfeln gefüllt,
dazu warme Vanillesoße, 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,G

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

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,I

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

45. Woche

Täglich

Von

Montag bis Freitag

Guten Appetit

Änderungen vorbehalten

Abendbrot vom 03.11. – 09.11.2025

Änderungen vorbehalten

Mo

Heringssalat „Hausfrauen Art“

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

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 = Weichiere
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 03.11. – 09.11.2025

Änderungen vorbehalten

Mo

Heringssalat „Hausfrauen Art“

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

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 = Weichiere
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