



Volkssolidarität

Essen auf Rädern

Zittauer Str. 27 Haus 8

99091 Erfurt

Tel: 0361 / 2606107 Fax: 6537094

SPEISENPLAN für die Woche vom 03.10. - 09.10.2022

DE
TH 03515
EG

40. Woche

Kundenname:
Tour:



MENÜ 1 (auch als Mini) (ohne Kennzeichnung)

MENÜ 2 (rot gekennzeichnet)

MENÜ 3 Schonkost (schwarz gekennzeichnet)

03.10. Mo **Feiertag**

Hähnchenschnitte „Cordon Bleu“
mit Käse und Schinken gefüllt Soße Erbsengemüse, Kartoffeln, Obst a1,c,g,i,j

Kasselerkamm
mit Soße dazu Möhrengemüse und Kartoffeln, Obst a1,c,g,i,j

| | |
|------|------|
| Eiw. | 31 |
| Fett | 24 |
| KH | 38 |
| KJ | 2199 |
| Kcal | 525 |

Allergene:
A = Gluten
a1 = Weizen, a2 = Roggen
a3 = Gerste, a4 = Hafer
B = Krebstiere
C = Eier

04.10. Di **Hihnersuppeneintopf**
mit Reis und feinem Gemüse dazu 1 Brötchen, Dessert a1,c,g

Thüringer Bratwurst
mit Soße, Mischgemüse und Salzkartoffeln, Dessert a1,c,g,i,j

Gekochtes Rindfleisch
mit Meerrettichsoße 10 dazu Boullion-Kartoffeln, Dessert a1,c,f,g,i,r

| | |
|------|------|
| Eiw. | 32 |
| Fett | 16 |
| KH | 38 |
| KJ | 2017 |
| Kcal | 485 |

D = Fisch;
E = Erdnüsse
F = Soja
G = Laktose
h1 = Mandeln,
h2 = Haselnüsse
h3 = Walnüsse
h4 = Kaschunüsse
h5 = Pecannüsse
h6 = Paranüsse
h7 = Pistazien
h8 = Macadamia

05.10. Mi **Panierte Jagdwurst 2,4,9**
mit Tomatensoße, dazu Spiralen, Eisbergsalat Dressing a1,c,g,i,j

Thüringer Krautwickel
mit Hackfleischfüllung, dazu Bratensoße und Kartoffelpüree, Kompott a1,c,g,i,r

Putenbrustfilet natur
mit Rahmsoße, 10 dazu Blumenkohl und Salzkartoffeln, a1,r,g,i,j

| | |
|------|------|
| Eiw. | 38 |
| Fett | 18 |
| KH | 37 |
| KJ | 1649 |
| Kcal | 392 |

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

06.10. Do **Griesflammerie**
mit Zucker, Zimt und Pflirsichwürfeln, dazu 1 Brötchen mit Fleischsalat (ext. verpackt) a1,j,c

Jägerschnitzel
mit Pilzrahmsoße dazu Petersilienkartoffeln Krautsalat in saurer Sahne a1,c,f,i,j

Gräupcheneintopf
mit Rauchfleisch 9 und Gemüse, dazu Dessert a1,r,f,g,i

| | |
|------|------|
| Eiw. | 22 |
| Fett | 20 |
| KH | 39 |
| KJ | 1825 |
| Kcal | 433 |

07.10. Fr **Wellfleisch**
auf Sauerkraut dazu Kartoffelpüree, Senf Obst a1,c,i,j

Gebrautes Schollenfilet
mit warmen Kartoffelsalat und Remouladensoße a1,c,f,i,j

Würzfleisch vom Schwein 10
mit Käse überbacken dazu Gemüsereis, Obst a1,c,f,i

| | |
|------|------|
| Eiw. | 37 |
| Fett | 12 |
| KH | 35 |
| KJ | 1450 |
| Kcal | 348 |

MENÜ 2 (auch als Mini)

MENÜ 3 Schonkost

BE- Berechnung bezieht sich nur auf Sättigungsbilanz und Dessert

08.10. Sa **Pichelsteiner Eintopf 9**
mit Kasselerfleisch und Kartoffeln, dazu 1 Brötchen, Dessert a1,i

3 Gehacktes Klößchen
auf Rahmkohlrabi, 10 mit Salzkartoffeln Dessert a1,r,f,g,i,j

| | |
|------|------|
| Eiw. | 31 |
| Fett | 30 |
| KH | 36 |
| KJ | 2444 |
| Kcal | 585 |

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 Johanniskeimern oder Quarkermehl

Änderungen vorbehalten.
Essen zum Verzehr am selbigen Tag.

09.10. So **Rindersauerbraten**
mit Soße, und Apfelfrottkohl, 2 Thüringer Klößen, Kompott a1,i,j

Schweinesteak natur
mit Soße, 10 Schwarzwurzeln und Kartoffeln, Kompott, a1,c,f,g,i, 4,0 BE

| | |
|------|------|
| Eiw. | 50 |
| Fett | 12 |
| KH | 36 |
| KJ | 1953 |
| Kcal | 466 |

Hergestellt von:
Menü Express
Gotha GmbH
& CO.KG

Guten Appetit!

MENÜ 4 Kaltmenü

(grün
gekennzeichnet)

MENÜ 6 Vegetarisch

(gelb
gekennzeichnet)

MENÜ 7 Sondermenü

Mo

Feiertag

Thunfischsalat

mit frischen Tomaten, Zwiebeln, Bohnen,
1 Baguettebr. mit Butter, Dessert a1,G

Blumenkohl "Polnisch "

mit Butter, Semmelbrösel und Ei, dazu
Rahmkartoffeln und Dessert a1,C,F,G,I

Hähnchenbrust "Toscana"

mit Tomaten-Zucchini-Gemüse überbacken
mit Käse, grüne Nudel, Dessert a1,F,I

Di

Paniertes Schnitzel

mit Garnitur, Senfütchen und
Farmersalat a1,G

Champignonpfanne

frische Champignons in Sahnesoße, dazu
bunte Nudeln und Salat, Dessert a1,C,F,G,I,J

Schweinesteak „au four“

Würzfleisch überbacken, Röstkartoffeln,
gem. Salat, Dressing, Dessert a1,C,F,G,I

Mi

Wurstsalat

mit Gurke und Zwiebeln, dazu Brot und
Butter, Obst a1,G

Tortellinis

mit Käse gefüllt, dazu Tomatencreme mit
Fruchstückchen, Krautsalat, Dessert a1,F,G,I

Schweinelendchen „Westmorland“

mit Mixed-Pickles-Soße, dazu Erbsen
und Salzkartoffeln, Dessert a1,F,I

Do

Ungarischer Rindfleischsalat

mit Baguettebrötchen und Butter a1,G

Apfelstrudel

mit heißer Vanillesoße,
dazu Obst,a1,G

Pfannengyros (von der Pute)

mit Tzaziki und Tomatenreis,
Dessert a1,F,I,G

Fr

Täglich

Von

MENÜ 5

Salatpokal

mit frischen Salaten der Saison
Oliven, Pinienkerne, Parmesan Flakes

MENÜ 8

Kesselgulasch

mit Brötchen und Obst
a1,F,I

40. Woche

Dienstag - Freitag

Guten Appetit

Kräuterdressing 1 Brötchen
a1,G

a1,G

Dienstag bis Freitag

Abendbrot vom 03.10.2022 -- 09.10.2022

Änderungen vorbehalten

Mo

Schweizer Wurstsalat
dazu 1 Baguettebrötchen und Butter
A, G

Di

Bratenplatte
3 verschiedene Sorten Braten, Senf
2 Scheiben Weißbrot und Butter A, G

Mi

Frikadelle
mit Nudelsalat und
Senf A, G, C

Do

Schinken-Käseplatte
2 verschiedene Sorten Schinken, Schnittkäse,
2 Scheiben Vollkornbrot und Butter A, G

Fr

Gegrillte Hähnchenkeule
mit buntem Reissalat
G, C

Sa

Salamiplatte
3 versch. Sorten Salami mit Garnitur, dazu
2 Scheiben Mischbrot und Butter A, G

So

2 Schinkenröllchen
mit Spargelfüllung, dazu Nudelsalat
A, G, C

- 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 Guarkeirnmehl

Name:

Tour:

Abendbrot vom 03.10.2022 -- 09.10.2022

Änderungen vorbehalten

Mo

Schweizer Wurstsalat
dazu 1 Baguettebrötchen und Butter
A, G

Di

Bratenplatte
3 verschiedene Sorten Braten, Senf
2 Scheiben Weißbrot und Butter A, G

Mi

Frikadelle
mit Nudelsalat und
Senf A, G, C

Do

Schinken-Käseplatte
2 verschiedene Sorten Schinken, Schnittkäse,
2 Scheiben Vollkornbrot und Butter A, G

Fr

Gegrillte Hähnchenkeule
mit buntem Reissalat
G, C

Sa

Salamiplatte
3 versch. Sorten Salami mit Garnitur, dazu
2 Scheiben Mischbrot und Butter A, G

So

2 Schinkenröllchen
mit Spargelfüllung, dazu Nudelsalat
A, G, C

- 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 Guarkeirnmehl