

Name: \_\_\_\_\_ Tour: \_\_\_\_\_  
 Adresse: \_\_\_\_\_

## Ihre Menüauswahl für die 2. Woche vom 6. Januar bis zum 12. Januar

Planabgabe bis zum

31. Dezember 2019

**Service-Telefon:**  
 Caritasverband, Frau Morell:  
 0611-58079960  
 Fax: 0611-58079965



	Tagesmenü € 8,05 rot	Tagesmenü kleine Portion € 7,20 doppelt	D-Menü € 8,15 blau	Leckere Vielfalt € 8,15 grün	Spezialmenü € 8,35 orange	Vegetarische Speise € 8,05 pink	Gut & Günstig € 6,85 braun	Salat & Co (kalt) € 7,75 silber	Süßspeise € 7,25 weiß	Abendbrot (wird mittags geliefert) € 5,45	Klassik Menü (Einwegverpackung) € 7,85 gelb
Montag 06. Jan	<input type="checkbox"/> <b>Königsberger Klopse</b> in Kapernsoße mit Butterkartoffeln und Rote-Bete-Salat KJ477 EW4,9 KH13,4 Fett4,3 Gesamt: 6,1 BE (Schwein, 3, 5, 9, A1, C, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <b>Rinderfrikadelle</b> in Kräutersoße mit Gemüse und Kartoffelpüree KJ477 EW5,1 KH10,8 Fett3,7 Gesamt: 5,3 BE (Rind, 5, 9, A1, C, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Nudeln mit Hähnchenbrust</b> mit Käse überbacken, in Sahnesoße mit Brokkoli KJ721 EW9,8 KH23,1 Fett4,1 Gesamt: 10,4 BE (Geflügel, 5, 9, A1, F, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Schweineschnitzel</b> in Champignon-Rahm-Soße mit Paprikakartoffeln und Leipziger Allerlei KJ413 EW5,4 KH11,0 Fett3,5 Gesamt: 5,2 BE (Schwein, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Italienische Gemüsepastas</b> mit Vollkornnudeln KJ384 EW2,9 KH16,8 Fett1,0 Gesamt: 6,8 BE (Vegetarisch, 3, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Bohneneintopf</b> mit Bockwürstchen vom Schwein KJ402 EW2,8 KH8,4 Fett5,5 Gesamt: 4,1 BE (Schwein, 2, 5, 9, A1, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Wiener Würstchen</b> vom Schwein mit Kartoffelsalat und Senf KJ811 EW3,5 KH11,8 Fett4,5 Gesamt: 3,6 BE (Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, I, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Milchreis</b> mit Erdbeer-Rhabarberkompott KJ353 EW1,6 KH16,9 Fett0,9 Gesamt: 7,1 BE (Vegetarisch, 5, 9, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Kalter Schweinebraten</b> mit Kartoffelsalat KJ599 EW5,9 KH12,0 Fett7,7 Gesamt: 3,6 BE (Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Eisbeinfleisch</b> vom Schwein, auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree Gesamt: 3,2 BE (Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, I) Kein Dessert
Dienstag 07. Jan	<input type="checkbox"/> <b>Hackbraten</b> vom Schwein mit Soße, Rotkohl und Kartoffeln KJ381 EW4,1 KH10,0 Fett3,7 Gesamt: 4,7 BE (Schwein, 5, A1, C, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <b>Hähnchenkeule</b> in pikanter Soße, mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln KJ458 EW5,9 KH9,9 Fett5,9 Gesamt: 4,3 BE (Geflügel, 3, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Wurstgulasch</b> "Zigeuner Art" mit Gabelspaghetti KJ516 EW3,8 KH19,3 Fett3,2 Gesamt: 7,6 BE (Schwein, 2, 3, 4, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Schweineroulade</b> mit klassischer Füllung, Blumenkohl und Kartoffeln KJ216 EW2,0 KH9,1 Fett0,5 Gesamt: 4,4 BE (Schwein, 3, 4, A1, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Gebratenes Gemüse</b> süßsauer mit Reis KJ297 EW1,9 KH22,4 Fett0,6 Gesamt: 8,8 BE (Vegetarisch, 3, A1, F, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Linseneintopf</b> mit Geflügelbockwurst KJ469 EW3,7 KH9,8 Fett6,8 Gesamt: 4,7 BE (Geflügel, 2, 4, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Griechischer Bauernsalat</b> mit Tomate, Gurke, Zwiebeln, Hirten-Käse und Balsamico KJ391 EW4,4 KH3,1 Fett6,9 Gesamt: 0,8 BE (Vegetarisch, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Feiner Grießbrei</b> mit roter Grütze KJ547 EW3,2 KH24,2 Fett2,0 Gesamt: 10,1 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Schnittchenteller</b> Fertig belegte Schnittchen mit Wurst und Käse und Garnitur KJ1031 EW8,1 KH28,2 Fett11,4 Gesamt: 6,1 BE (Geflügel, Schwein, 2, 4, 5, 9, A1, A2, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Fischstäbchen</b> mit Rahmspinat und Kartoffelpüree Gesamt: 4,3 BE (Fisch, A, D, G) Kein Dessert
Mittwoch 08. Jan	<input type="checkbox"/> <b>Hamburger Heringstipp</b> in Sahne mit Apfel- und Gurkenwürfeln, dazu Petersilienkartoffeln KJ481 EW3,9 KH12,8 Fett5,2 Gesamt: 5,5 BE (Fisch, 2, 3, 5, 9, A1, C, D, G, J) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <b>Bratwurst</b> vom Rind und Schwein mit Soße, Gemüse und Petersilienkartoffeln KJ458 EW3,8 KH9,3 Fett6,2 Gesamt: 4,3 BE (Schwein, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Schweineleberragout</b> in Apfel-Soße mit Kartoffelpüree und Karotten KJ277 EW3,8 KH8,6 Fett1,7 Gesamt: 4,0 BE (Schwein, 2, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Kasslerücken</b> vom Schwein mit Ananaskraut und Kartoffelpüree KJ397 EW5,9 KH10,4 Fett3,0 Gesamt: 4,5 BE (Schwein, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Gemüseragout</b> mit Erbsenpüree KJ311 EW1,9 KH9,5 Fett3,0 Gesamt: 4,1 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Klassischer Möhreintopf</b> mit Geflügelkräuterbällchen KJ370 EW4,5 KH9,6 Fett3,4 Gesamt: 4,8 BE (Geflügel, 5, A1, C, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>"Bayern Mix"</b> Eisbergsalat, Gurken, Radieschen, Kasslerstreifen und Sauerrahm-Dressing KJ394 EW4,3 KH4,4 Fett4,3 Gesamt: 1,5 BE (Vegetarisch, 2, 9, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Eierpfannkuchen</b> mit Apfelkompott KJ554 EW3,2 KH23,7 Fett2,3 Gesamt: 8,6 BE (Vegetarisch, 9, A1, C, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Schweinesülze</b> mit Remouladensoße, Garnitur und Brot KJ901 EW7,8 KH14,1 Fett14,2 Gesamt: 2,6 BE (Schwein, 2, 3, 9, A1, A2, G, I, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Eierpfannkuchen</b> mit Apfel-Quark-Füllung Gesamt: 5,0 BE (Vegetarisch, 3, A, C, G) Kein Dessert
Donnerstag 09. Jan	<input type="checkbox"/> <b>Schweinebraten</b> in pikanter Soße mit Blumenkohlgemüse und Petersilienkartoffeln KJ264 EW5,4 KH8,0 Fett0,8 Gesamt: 3,5 BE (Schwein, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <b>Gedünstetes Fischfilet</b> in Dillsoße mit Brokkoli dazu Kartoffeln KJ287 EW2,4 KH9,1 Fett1,4 Gesamt: 4,1 BE (Fisch, 5, 9, A1, D, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Hähnchen-Döner-Teller</b> mit Reis und Krautsalat KJ438 EW4,3 KH17,0 Fett5,4 Gesamt: 6,8 BE (Geflügel, 2, 3, 5, A1, C, J) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Sauerbraten-gulasch</b> mit Kartoffeln und Rotkohl KJ481 EW9,5 KH13,0 Fett2,3 Gesamt: 6,2 BE (Rind, 5, A1) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Gemüseauflauf</b> mit Kartoffeln und Käse überbacken KJ357 EW3,6 KH9,3 Fett3,4 Gesamt: 4,3 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Hähncheneintopf</b> mit Kürbis KJ313 EW3,7 KH11,2 Fett1,9 Gesamt: 5,2 BE (Geflügel, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>FrISChe Salate der Saison</b> mit Hähnchenbrust, dazu Cocktaildressing KJ450 EW7,4 KH10,6 Fett3,8 Gesamt: 2,9 BE (Geflügel, 2, 3, 5, 9, A1, C, F, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Quarkstrudel</b> mit Vanillesoße KJ883 EW3,9 KH23,9 Fett11,1 Gesamt: 11,0 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Gebratene Hähnchenkeule</b> mit Nudelsalat KJ821 EW8,0 KH10,5 Fett13,5 Gesamt: 4,4 BE (Geflügel, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Omelette</b> in Käsesoße mit Leipziger Allerlei und Stampfkartoffeln Gesamt: 3,1 BE (Vegetarisch, A, C, G, I) Kein Dessert
Freitag 10. Jan	<input type="checkbox"/> <b>Westfälische Dicke Bohnen</b> mit Kassler vom Schwein und Salzkartoffeln KJ363 EW6,3 KH11,1 Fett1,6 Gesamt: 4,9 BE (Schwein, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <b>Pikantes Gulasch</b> vom Schwein mit Kartoffeln KJ324 EW3,4 KH14,0 Fett0,7 Gesamt: 5,5 BE (Schwein, 3, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Kartoffelröstis</b> mit Karotten, Brokkoli, Mais und Champignons in Mascarpone-Soße KJ522 EW3,7 KH11,7 Fett5,7 Gesamt: 4,4 BE (Vegetarisch, 2, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Gebackenes Seelachsfilet</b> mit Kräutersenfsoße und Dampfkartoffeln dazu Gurkensalat KJ457 EW4,4 KH12,9 Fett4,2 Gesamt: 8,8 BE (Fisch, 2, 3, 5, 9, A1, C, D, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Makkaroni</b> mit Tomaten-Basilikumsoße, dazu Möhrensalat KJ376 EW2,6 KH16,4 Fett1,2 Gesamt: 7,2 BE (Vegetarisch, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Porree-Eintopf</b> mit hausgemachter Frikadelle vom Schwein KJ344 EW3,7 KH7,4 Fett4,1 Gesamt: 3,6 BE (Schwein, 5, 9, A1, C, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>2 Frikadellen</b> vom Schwein mit Nudelsalat KJ923 EW7,9 KH15,4 Fett14,1 Gesamt: 5,0 BE (Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, I, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Feiner Milchreis</b> mit Zimtucker und Apfelkompott KJ366 EW1,5 KH17,8 Fett1,0 Gesamt: 7,5 BE (Vegetarisch, 9, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Brathering</b> mit Zwiebeln, Speckkartoffelsalat und Garnitur KJ693 EW8,9 KH13,5 Fett8,4 Gesamt: 4,4 BE (Fisch, Schwein, 2, 3, 4, A1, D) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Geflügel-frikadellen</b> in Soße mit Wirsinggemüse und Salzkartoffeln Gesamt: 3,1 BE (Geflügel, A, G, I, J) Kein Dessert
Samstag 11. Jan	<input type="checkbox"/> <b>Geflügelfilets</b> in pikanter Soße mit Brokkoli und Salzkartoffeln KJ320 EW6,5 KH9,9 Fett0,8 Gesamt: 4,5 BE (Geflügel, 3, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <b>Wirsing-Kohl-Eintopf</b> mit Kartoffelstücken und Rindfleisch KJ287 EW4,3 KH8,9 Fett1,5 Gesamt: 4,1 BE (Rind, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Mais-Lauchrösti</b> in Paprikagemüesoße, dazu Reis KJ299 EW2,5 KH20,0 Fett1,2 Gesamt: 3,2 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Schweinebraten</b> in Kümmelsoße mit Romanesco-Gemüse und Klößen KJ281 EW6,0 KH8,1 Fett0,8 Gesamt: 8,7 BE (Schwein, 2, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Tiefkühlmenü Samstag</b> Variierende Auswahl, wird freitags ausgeliefert und lässt sich im Ofen oder der Mikrowelle erhitzen Kein Dessert <b>Für die Lieferung am Wochenende und an Feiertagen zahlen Sie pro Menü lediglich 0,50 € extra!</b>		<input type="checkbox"/> <b>Eierpfannkuchen</b> mit gebratenem Apfel und Vanillesoße KJ522 EW3,7 KH19,9 Fett3,1 Gesamt: 6,0 BE (Vegetarisch, 2, 5, 9, A1, C, G, H1, H7) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Feiner Fleischsalat</b> "Rheinische Art" vom Schwein mit Garnitur und Brot KJ1135 EW4,4 KH8,5 Fett24,4 Gesamt: 3,0 BE (Schwein, 2, 3, 4, 5, 9, A1, A2, C, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Spaghetti "Bolognese"</b> mit Hackfleischsoße vom Rind und Schwein Gesamt: 6,0 BE (Rind, Schwein, A, C, I) Kein Dessert	
Sonntag 12. Jan	<input type="checkbox"/> <b>Buntes Hühnerfrikassee</b> mit Erbsen, Möhren, Spargel, Champignons und Reis KJ271 EW5,0 KH17,2 Fett1,0 Gesamt: 6,5 BE (Geflügel, 2, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <b>Hackbraten</b> vom Schwein mit Butterbohnen und Salzkartoffeln KJ362 EW4,8 KH9,1 Fett3,4 Gesamt: 4,0 BE (Schwein, A1, C, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Kichererbsencurry</b> mit Kokosmilch und Bulgur KJ445 EW3,4 KH16,5 Fett2,2 Gesamt: 7,1 BE (Vegetarisch, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Schweinefilet</b> in Rahmsauce, mit Fingermöhren und Salzkartoffeln KJ334 EW8,3 KH8,8 Fett1,1 Gesamt: 4,0 BE (Schwein, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Tiefkühlmenü Sonntag</b> Variierende Auswahl, wird freitags ausgeliefert und lässt sich im Ofen oder der Mikrowelle erhitzen Kein Dessert <b>Für die Lieferung am Wochenende und an Feiertagen zahlen Sie pro Menü lediglich 0,50 € extra!</b>		<input type="checkbox"/> <b>Beerengrütze</b> mit Vanillesoße KJ526 EW1,2 KH26,8 Fett0,8 Gesamt: 11,3 BE (Vegetarisch, 5, 9, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Kassler Braten</b> vom Schwein mit Remouladensoße, Nudelsalat & Salatgarnitur KJ863 EW6,8 KH13,9 Fett13,7 Gesamt: 4,5 BE (Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Senfkrustenbraten</b> vom Schwein, mit Rübengemüse und Spätzle Gesamt: 3,6 BE (Schwein, A, C, G, I, J) Kein Dessert	

Legende: (1): Geschmacksverstärker (2): Antioxidationsmittel (3): Süßstoff (4): Konservierungsstoff (5): Farbstoff (6): geschwärtzt (7): Alkohol (8): Formfleisch (9): mit Milchprodukt zubereitet (A): Glutenhaltiges Getreide und Erzeugnisse [A1=Weizen, A2=Roggen, A3=Gerste, A4= Hafer, A5=Dinkel, A6=Kamut oder A7=Hybridstämme davon] (B): Krebstiere / Krebstiererzeugnisse (C): Eier / Eiererzeugnisse (D): Fisch / Fischerzeugnisse (E): Erdnüsse / Erdnusserezeugnisse (F): Soja / Sojaerzeugnisse (G): Milch / Milcherzeugnisse (H): Schalenfrüchte [H1=Mandeln, H2=Haselnuss, H3=Walnuss, H4=Cashew, H5=Pecannuss, H6=Paranuss, H7=Pistazie, H8=Macadamianuss und H9=Queenslandnuss] (I): Sellerie / Sellerieerzeugnisse (J): Senf / Senferzeugnisse (K): Sesam / Sesamerzeugnisse (L): Schwefeldioxid und Sulfite (M): Lupinen / Lupinerzeugnisse (N): Weichtiere / Weichtiererzeugnisse (O): Nitritpökelsalz. Alle Menüs sind mit jodiertem Salz zubereitet! Alle Menüs mit glutenhaltigem Getreide werden ausschließlich mit Weizen zubereitet, Ausnahmen werden gesondert. KJ=Kilojoule; EW=Protein; KH=Kohlenhydrate; BE=Proteinheiten; Bei Fisch können Gräten enthalten sein. Die Nährwertangaben beziehen sich auf 100 g. Änderungen und Druckfehler unter Vorbehalt.