

Name: _____ Tour: _____
 Adresse: _____

Ihre Menüauswahl für die 3. Woche
 vom 13. Januar bis zum 19. Januar

Planabgabe bis zum **7. Januar 2019**

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



	Tagesmenü € 8,05 rot	Tagesmenü kleine Portion € 7,20 doppeltrot	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 13. Jan	<input type="checkbox"/> Gebratener Leberkäse vom Schwein mit Sauerkraut und Kartoffelpüree KJ507 EW2,8 KH10,2 Fett7,5 Gesamt: 4,4 BE (Schwein, 2, 4, 5, 9, A1, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Rinderbraten in Bratensoße mit Bohnen und Salzkartoffeln KJ361 EW8,5 KH9,6 Fett1,2 Gesamt: 4,2 BE (Rind, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Hähnchenschnitzel mit Paprika und Butterreis KJ357 EW3,3 KH18,6 Fett3,0 Gesamt: 6,9 BE (Geflügel, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Sahnegeschnetzeltes mit Möhren und Spätzle KJ336 EW4,1 KH11,4 Fett1,9 Gesamt: 5,0 BE (Schwein, 9, A1, C, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Spaghetti "Funghi" Italienische Nudeln in Pilzsoße und Olivenöl KJ403 EW3,3 KH16,9 Fett1,6 Gesamt: 6,2 BE (Vegetarisch, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Möhrengemüse mit Frikadelle vom Schwein KJ358 EW3,3 KH9,3 Fett3,8 Gesamt: 4,5 BE (Schwein, 5, A1, C, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> Schweineschnitzel mit Kartoffelsalat und Senf KJ695 EW5,1 KH14,0 Fett9,6 Gesamt: 4,3 BE (Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Milchreis mit heißen Kirschen KJ503 EW1,6 KH18,1 Fett0,9 Gesamt: 7,6 BE (Vegetarisch, 5, 9, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Rindfleischsalat mit Brot und Butter KJ550 EW6,9 KH10,1 Fett7,0 Gesamt: 3,1 BE (Rind, 3, A1) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Geschnetzeltes vom Rind, in feiner Soße mit Gemüsenudeln Gesamt: 3,9 BE (Rind, A, I, J) Kein Dessert
Dienstag 14. Jan	<input type="checkbox"/> Delikate Putenpfanne mit Gemüse und Butterreis KJ261 EW5,3 KH15,0 Fett1,1 Gesamt: 5,6 BE (Geflügel, 9, A1, F, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Grobe Bratwurst vom Rind und Schwein in Bratensoße mit Apfelrotkohl und Kartoffeln KJ306 EW3,8 KH9,8 Fett1,9 Gesamt: 4,6 BE (Schwein, 3, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Schweinegulasch in pikanter Champignon-Rahm-Soße dazu Spirellis KJ462 EW7,4 KH15,2 Fett2,0 Gesamt: 5,7 BE (Schwein, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Hähnchenbrustfilet "Florentiner Art" auf Käsesoße mit Nudeln und Blattspinat KJ448 EW7,6 KH12,6 Fett2,8 Gesamt: 5,4 BE (Geflügel, 5, 9, A1, F, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Mini-Frühlingsrollen mit chinesischem Gemüse und feinem Wildreis KJ342 EW1,9 KH19,6 Fett1,8 Gesamt: 7,4 BE (Vegetarisch, 3, 9, A1, C, F, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Grünkohleintopf mit gewürfeltem Kasseler KJ530 EW3,0 KH9,6 Fett2,5 Gesamt: 4,4 BE (Rind, 2, 5, A1, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> Chefsalat mit Schinken (Schwein), Käse, Ei und Cocktail-Dressing KJ380 EW6,5 KH4,1 Fett5,2 Gesamt: 1,0 BE (Schwein, 2, 3, 4, 5, 9, A1, C, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Germknödel mit Vanillesoße KJ689 EW3,9 KH31,5 Fett2,2 Gesamt: 9,5 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Gyrosbraten vom Schwein mit Zaziki und Krautsalat KJ816 EW8,3 KH4,8 Fett15,7 Gesamt: 1,2 BE (Schwein, 2, 3, 4, 5, 9, A1, C, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> "Himmel und Erde" Kartoffeln, Apfelspalten, Bratwurst, Frikadelle (Rind) und Mettbällchen (Schwein) Gesamt: 3,6 BE (Rind, Schwein, 2, A, C, G, I) Kein Dessert
Mittwoch 15. Jan	<input type="checkbox"/> Currywurstpfanne vom Schwein mit Zwiebeln und Reis KJ445 EW2,6 KH19,7 Fett5,7 Gesamt: 7,4 BE (Schwein, 3, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Hackbraten vom Geflügel mit Mischgemüse und Kartoffeln KJ329 EW4,3 KH10,0 Fett2,1 Gesamt: 4,4 BE (Geflügel, 9, A1, C, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> Spaghetti "Tonno" Vollkornnudeln in Thunfischsoße dazu Möhrensalat KJ438 EW4,0 KH17,6 Fett1,7 Gesamt: 7,7 BE (Fisch, 3, 5, A1, D, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Rindersauerbraten in delikater Soße, dazu Rotkohl und Kartoffelknödel KJ444 EW7,8 KH13,8 Fett1,6 Gesamt: 6,0 BE (Rind, 2, 5, 9, A1, G) Dessert	<input type="checkbox"/> Rührei mit Rahmspinat und Kartoffeln KJ481 EW5,5 KH10,1 Fett5,7 Gesamt: 4,2 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Chili con Carne mit roten Bohnen und Reis KJ455 EW4,0 KH19,1 Fett2,0 Gesamt: 7,2 BE (Rind, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Salatteller mit verschiedenen Rohkostsalaten und Hausdressing KJ211 EW1,5 KH4,2 Fett3,0 Gesamt: 1,2 BE (Vegetarisch, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Griesflammeri "Baden Baden" mit Fruchtsoße KJ495 EW3,2 KH21,2 Fett2,0 Gesamt: 8,9 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Eiersalat mit Obstgarnitur und Weißbrot KJ730 EW6,6 KH6,9 Fett13,4 Gesamt: 1,9 BE (Vegetarisch, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Apfelmilchreis mit Zimt und Zucker Gesamt: 7,1 BE (Vegetarisch, G) Kein Dessert
Donnerstag 16. Jan	<input type="checkbox"/> Fischfrikadelle mit Ratatouille und Kartoffelpüree KJ437 EW5,9 KH14,3 Fett2,3 Gesamt: 5,2 BE (Fisch, 3, 5, 9, A1, D, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Belgischer Gemüseintopf mit Geflügelbraten KJ424 EW2,6 KH8,1 Fett6,9 Gesamt: 3,9 BE (Geflügel, 2, 4, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Chicken-Nuggets mit Ketchupsoße, Reis und Krautsalat KJ404 EW2,9 KH18,1 Fett4,6 Gesamt: 7,9 BE (Geflügel, 2, 3, 5, A1, C, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> Spießbraten vom Schwein in Paprika-Rahm-Soße mit Bohnen & Kartoffeln KJ457 EW4,2 KH10,4 Fett5,2 Gesamt: 4,6 BE (Schwein, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Gedünstetes Gemüse mit Holländischer Soße, dazu Petersilienkartoffeln KJ314 EW1,8 KH11,2 Fett2,3 Gesamt: 4,1 BE (Vegetarisch, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Bulgurpfanne mit Hirtenkäse und mediterranem Gemüse KJ245 EW3,1 KH5,8 Fett2,1 Gesamt: 2,5 BE (Vegetarisch, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Hirten Käse mit Tomate, Lauchstreifen, Zwiebeln, Oliven und Honig-Senf-Dressing KJ464 EW4,1 KH3,5 Fett8,8 Gesamt: 1,0 BE (Vegetarisch, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Sahnegrießbrei mit Waldfrüchten KJ547 EW3,2 KH24,2 Fett2,0 Gesamt: 10,1 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Sandwichteller leckere Sandwiches mit verschiedenen Belägen und Garnitur KJ926 EW8,9 KH16,6 Fett13,6 Gesamt: 4,1 BE (Schwein, 2, 5, 9, A1, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Pichelsteiner Eintopf mit Rindfleisch Gesamt: 2,6 BE (Rind, I, J) Kein Dessert
Freitag 17. Jan	<input type="checkbox"/> Reibekuchen mit Apfelmus KJ945 EW3,0 KH24,0 Fett12,7 Gesamt: 8,2 BE (Vegetarisch, A1, C) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Rinderfrikadelle in Soße mit Kräutern der Provence und Püree, dazu Kartottenscheiben KJ421 EW4,0 KH10,8 Fett3,1 Gesamt: 4,9 BE (Rind, 5, 9, A1, C, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Kohlroulade in Zwiebel-Speck-Soße mit Kartoffeln KJ433 EW3,6 KH12,1 Fett4,1 Gesamt: 5,4 BE (Schwein, 4, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Matjesfilet in Kräuter- und Speckbohnen- und Butterkartoffeln KJ422 EW4,4 KH11,2 Fett4,1 Gesamt: 4,4 BE (Fisch, Schwein, 2, 4, 5, 9, A1, D, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Tortellini mit Tomatensoße KJ312 EW2,4 KH13,4 Fett1,0 Gesamt: 5,4 BE (Vegetarisch, 9, A1, C, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Kohlrabi Eintopf mit gebratenen Fleischklößchen KJ423 EW4,5 KH10,8 Fett4,6 Gesamt: 5,2 BE (Schwein, 5, 9, A1, C, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> Salatteller "Rustica" mit Weißkohl, Tomaten, Gurken, Möhren und Hackfleischbällchen, dazu Sauerrahmdressing KJ411 EW6,0 KH5,2 Fett5,8 Gesamt: 1,8 BE (Schwein, 9, A1, C, G, I, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Eierpfannkuchen mit Heidelbeeren gefüllt, dazu Vanillesoße KJ440 EW2,8 KH17,9 Fett2,4 Gesamt: 5,0 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Fischplatte nach Angebot, mit Brot und Butter KJ963 EW9,7 KH14,5 Fett15,0 Gesamt: 3,6 BE (Fisch, 3, 9, A1, A2, D, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Alaska-Seelachshappen mit Kartoffelwürfeln und Dipp Gesamt: 4,8 BE (Fisch, A, D, G, J) Kein Dessert
Samstag 18. Jan	<input type="checkbox"/> Herzhaftes Saftgulasch vom Schwein mit Nudeln und Mischsalat KJ486 EW6,7 KH15,3 Fett2,9 Gesamt: 6,6 BE (Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Holsteiner Kartoffelsuppe mit Wursteinlage vom Schwein KJ366 EW2,5 KH11,0 Fett3,6 Gesamt: 5,0 BE (Schwein, 2, 9, A1, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> Schupfnudeln in Rahmsauce mit Champignons, Waldpilzen und frischen Kräutern KJ700 EW5,0 KH25,5 Fett4,8 Gesamt: 10,3 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Gedünstetes Fischfilet in Kräutersenfsoße mit Blattspinat und Kartoffeln KJ305 EW2,1 KH9,9 Fett2,0 Gesamt: 4,5 BE (Fisch, 5, 9, A1, D, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> Tiefkühlmenü Samstag Variierende Auswahl, wird freitags ausgeliefert und lässt sich im Ofen oder der Mikrowelle erhitzen Kein Dessert <u>Für die Lieferung am Wochenende und an Feiertagen zahlen Sie pro Menü lediglich 0,50 € extra!</u>		<input type="checkbox"/> Milchreis mit roter Grütze KJ416 EW1,6 KH20,4 Fett0,9 Gesamt: 8,6 BE (Vegetarisch, 5, 9, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Gebratene Fleischbällchen vom Schwein in Cocktailsoße mit Nudelsalat und Garnitur KJ985 EW8,3 KH17,8 Fett14,4 Gesamt: 6,5 BE (Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, I, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Feine Bratwurst in Soße mit Rahmspinat und Salzkartoffeln Gesamt: 2,7 BE (Schwein, C, G, I) Kein Dessert	
Sonntag 19. Jan	<input type="checkbox"/> Thüringer Bratwurst in Soße mit Wirsinggemüse und Kartoffeln KJ386 EW3,0 KH9,0 Fett4,9 Gesamt: 4,2 BE (Schwein, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Hähnchenbrust in Soße mit Möhren und Salzkartoffeln KJ304 EW5,6 KH11,0 Fett0,6 Gesamt: 4,9 BE (Geflügel, 9, A1, F, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Bandnudeln in Spinat-Käse-Soße KJ502 EW4,9 KH17,5 Fett3,1 Gesamt: 7,0 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Schweinesteak mit Grillgemüse und Rosmarinkartoffeln KJ389 EW5,8 KH13,9 Fett1,4 Gesamt: 5,4 BE (Schwein, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Tiefkühlmenü Sonntag Variierende Auswahl, wird freitags ausgeliefert und lässt sich im Ofen oder der Mikrowelle erhitzen Kein Dessert <u>Für die Lieferung am Wochenende und an Feiertagen zahlen Sie pro Menü lediglich 0,50 € extra!</u>		<input type="checkbox"/> Heißer Apfelstrudel mit Vanillesoße KJ800 EW2,9 KH23,2 Fett9,6 Gesamt: 7,8 BE (Vegetarisch, 2, 4, 5, 9, A1, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Käseplatte "Winzer Art" mit Weintrauben, Garnitur, Butter und Mischbrot KJ1019 EW11,0 KH36,0 Fett6,4 Gesamt: 6,7 BE (Vegetarisch, 4, 5, 9, A1, A2, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Hähnchenfilets in Pilzsoße, mit Schwarzwurzelgemüse und Petersilienkartoffeln Gesamt: 2,7 BE (Geflügel, A, G, I) Kein Dessert	

Legende: (1): Geschmacksverstärker (2): Antioxidationsmittel (3): Süßstoff (4): Konservierungsstoff (5): Farbstoff (6): geschwärzt (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 / Eierzeugnisse (D): Fisch / Fischerzeugnisse (E): Erdnüsse / Erdnussenerzeugnisse (F): Soja / Sojaerzeugnisse (G): Milch / Milcherzeugnisse einschl. Lactose (H): Schalenfrüchte [H1=Mandel, 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 gekennzeichnet! Die Nährwertangaben beziehen sich auf 100g. BE-Wert ergibt sich aus dem Gesamtgewicht einer Erwachsenen Portion.
 KJ=Kilojoule; EW=Protein; KH=Kohlenhydrate; BE=Proteinheiten; Bei Fisch können Gräten enthalten sein. Änderungen und Druckfehler unter Vorbehalt.