

Name: _____
 Adresse: _____
 Tour: _____

Ihre Menüauswahl für die 3. Woche
 vom 17. Januar bis zum 23. Januar

PLANABGABE BIS: 11. Januar 2022

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



	Tagesmenü rot mit Dessert € 8,30	Tagesmenü kleine Portion doppeltrot € 7,50	D-Menü blau mit Dessert € 8,40	Leckere Vielfalt grün mit Dessert € 8,40	Spezialmenü orange mit Dessert € 8,60	Vegetarische Speise pink mit Dessert € 8,30	Gut & Günstig braun mit Dessert € 7,00	Salat & Co (kalt) silber kein Dessert € 8,00	Süßspeise weiß kein Dessert € 7,50	Abendbrot (NUR IN VERBINDUNG MIT MITTAGESSEN) kein Dessert € 5,45	Klassik Menü (Einwegverpackung) gelb kein Dessert € 8,20
Montag 17. Jan	<input type="checkbox"/> Geschmorte Hähnchenbrust in Balsamico Marinade mit Erbsen und Möhren, dazu Salbeikartoffeln KJ424 EW6,9 KH11,8 Fett2,5 ZU3,4 SA3,1 (Geflügel, 2, 5, 9, A1, F, G) Gesamt: 4,8 BE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Schweinebraten mit Frühlingsgemüse und Salzkartoffeln KJ312 EW6,1 KH8,8 Fett1,3 ZU1,2 SA1,6 (Schwein, 5, 9, A1, G, I) Gesamt: 3,9 BE	<input type="checkbox"/> Volkorn-Spaghetti "Carbonara" mit Schinkenstreifen in Käse-Sahne-Soße dazu Zucchini-Salat KJ502 EW5,1 KH16,3 Fett3,5 ZU1,9 SA1,6 (Schwein, 2, 4, 5, 9, A1, G, I) Gesamt: 7,4 BE	<input type="checkbox"/> Seelachsfilet mit Erbsensoße auf Zucchini-Kräutergemüse, dazu Reis KJ401 EW5,0 KH12,5 Fett3,1 ZU1,8 SA1,0 (Fisch, 9, A1, D, G, I) Gesamt: 5,3 BE	<input type="checkbox"/> Asiatisches Wokgemüse mit Basmatireis KJ450 EW2,0 KH16,4 Fett0,9 ZU4,8 SA1,3 (Vegetarisch, 3, A1, F, I) Gesamt: 8,4 BE	<input type="checkbox"/> Pichelsteiner Eintopf mit Gemüse und Rindfleisch KJ239 EW3,8 KH7,8 Fett1,0 ZU1,6 SA2,1 (Rind, 5, A1, I) Gesamt: 3,5 BE	<input type="checkbox"/> Pizzafrikadelle vom Geflügel mit Kartoffelsalat und Salatgarnitur KJ852 EW8,7 KH12,6 Fett13,0 ZU2,5 SA3,0 (Geflügel, 2, 3, 5, 9, A1, C, F, G, I, J) Gesamt: 4,2 BE	<input type="checkbox"/> Milchreis mit Erdbeer-Rhabarberkompott KJ431 EW1,8 KH21,0 Fett1,1 ZU13,2 SA0,1 (Vegetarisch, 5, 9, G) Gesamt: 8,8 BE	<input type="checkbox"/> Kalter Schweinebraten mit Kartoffelsalat KJ 612 EW6,0 KH12,3 Fett8,1 ZU2,5 SA2,5 (Schwein, 2, 3, 5, 9, C, G, J) Gesamt: 3,7BE	<input type="checkbox"/> Paprikagemüse-Pfanne mediterran, mit Weichkäse und Rosmarinkartoffeln (Vegetarisch, M, Me,La) Gesamt: 3,7 BE
Dienstag 18. Jan	<input type="checkbox"/> Putenbraten in Bratensoße mit Brehbohnen und Kartoffeln KJ345 EW7,9 KH9,2 Fett1,5 ZU1,0 SA1,6 (Geflügel, 9, A1, G, I) Gesamt: 4,2 BE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Königsberger Klopse vom Schwein in Kapernsoße mit Reis und Rote-Beete-Salat KJ462 EW5,6 KH15,5 Fett2,8 ZU2,2 SA1,3 (Schwein, 3, 5, 9, A1, C, G, I, J) Gesamt: 6,6 BE	<input type="checkbox"/> Nudelaufguss mit Brokkoli und Hackfleisch KJ474 EW10,9 KH26,1 Fett7,6 ZU0,7 SA0,3 (Schwein, 5, 9, A1, G, I) Gesamt: 11,9 BE	<input type="checkbox"/> Schweine-rückensteak in Rahmsoße, mit Kaisergemüse und Kartoffeln KJ284 EW5,8 KH7,7 Fett1,1 ZU1,4 SA1,7 (Schwein, 9, A1, G, I) Gesamt: 3,4 BE	<input type="checkbox"/> Eieromelette mit Blattspinat, Röstzwiebeln und Kartoffelpüree KJ343 EW4,5 KH10,1 Fett4,9 ZU1,2 SA0,7 (Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G, I) Gesamt: 3,2 BE	<input type="checkbox"/> Wirsing-Rinderhack Pfanne dazu Salzkartoffeln KJ279 EW5,6 KH20,6 Fett4,0 ZU0,6 SA1,6 (Rind, 9, A1, G, I) Gesamt: 8,1 BE	<input type="checkbox"/> Bunter Salatmix mit Bratenstreifen und Senf-Dill-Dressing KJ327 EW5,7 KH3,5 Fett4,4 ZU2,2 SA0,5 (Schwein, 2, 3, 5, 9, C, G, J) Gesamt: 1,0BE	<input type="checkbox"/> Eierpfannkuchen mit Apfelkompott KJ592 EW3,8 KH24,6 Fett2,7 ZU10,4 SA0,3 (Vegetarisch, 9, A1, C, G) Gesamt: 10,4	<input type="checkbox"/> Schnittchenteller Fertig belegte Schnittchen mit Wurst, Käse und Garnitur KJ1027 EW8,7 KH27,1 Fett10,8 ZU1,5 SA1,4 (Schwein/Geflügel,2,4,5,9,A1,A2,G) Gesamt: 5,9 BE	<input type="checkbox"/> "Himmel und Erde" Kartoffeln, Apfelspalten, Bratwurst, Frikadelle (Rind) und Mettbällchen (Schwein) (Rind, Schwein, 2, A, C, G, I) Gesamt: 3,6 BE
Mittwoch 19. Jan	<input type="checkbox"/> Gebratene Schweineleber mit Zwiebelsoße, Mischgemüse und Kartoffelpüree KJ343 EW5,0 KH9,0 Fett2,8 ZU1,5 SA0,8 (Schwein, 5, 9, A1, G, I) Gesamt: 4,2 BE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Geflügelschnitzel mit Kohlrabigemüse und Petersilienkartoffeln KJ365 EW4,3 KH13,3 Fett2,9 ZU0,5 SA0,7 (Geflügel, 9, A1, G, I) Gesamt: 6,4 BE	<input type="checkbox"/> Cevapcici vom Rind mit Djuwetschreis und Krautsalat KJ520 EW4,6 KH13,3 Fett5,6 ZU2,5 SA1,1 (Rind, 2, 3, 5, A1, C, I, J) Gesamt: 6,0 BE	<input type="checkbox"/> Gedünsteter Fisch auf Buttersoße mit Kräuterkartoffeln und Möhrsalat KJ383 EW5,5 KH9,4 Fett3,3 ZU2,4 SA1,7 (Fisch, 9, A1, D, G, I) Gesamt: 5,2 BE	<input type="checkbox"/> Makkaroniaufguss in fruchtiger Basilikum-Tomaten-Soße mit Käse überbacken KJ754 EW6,8 KH30,6 Fett2,9 ZU2,5 SA0,5 (Vegetarisch, 5, 9, A1, G, I) Gesamt: 13,9BE	<input type="checkbox"/> Erbseintopf mit Würstwürfeln vom Schwein KJ381 EW4,0 KH10,7 Fett3,1 ZU1,1 SA1,5 (Schwein, 2, 4, 5, I) Gesamt: 4,9 BE	<input type="checkbox"/> Frische Salate der Saison mit Hähnchenbrust und Cocktail-Dressing KJ531 EW7,9 KH14,4 Fett3,9 ZU2,6 SA0,8 (Geflügel, 2, 3, 5, 9, A1, C, F, G, J) Gesamt: 2,9 BE	<input type="checkbox"/> Feiner Griesbrei mit roter Grütze KJ550 EW2,8 KH24,2 Fett2,4 ZU18,8 SA0,1 (Vegetarisch, 5, 9, A1, G) Gesamt: 10,1 BE	<input type="checkbox"/> Schweinesülze mit Remouladensoße, Garnitur und Brot KJ990 EW7,9 KH14,8 Fett16,00 ZU1,5 SA1,8 (Schwein, 2, 3, 9, A1, A2, C, G, I, J) Gesamt: 2,7 BE	<input type="checkbox"/> Apfelmilchreis mit Zimt und Zucker (Vegetarisch, G) Gesamt: 7,1 BE
Donnerstag 20. Jan	<input type="checkbox"/> Schweinebraten in Kümmel-Senf-Soße mit Mischgemüse und Salzkartoffeln KJ299 EW5,9 KH8,8 Fett1,0 ZU1,3 SA1,9 (Schwein, 9, A1, G, I, J) Gesamt: 3,9BE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Seelachsfilet "Naturell" mit Kräutersoße, Brokkoligemüse und Petersilienkartoffeln KJ300 EW5,3 KH8,5 Fett1,6 ZU1,9 SA1,6 (Fisch, 5, 9, A1, D, G, I) Gesamt: 3,8 BE	<input type="checkbox"/> Currywurst mit Reis und Gurkensalat KJ583 EW3,0 KH15,8 Fett7,3 ZU3,2 SA1,5 (Schwein, 2, 3, 4, 5, 9, A1, C, I, J) Gesamt: 6,5 BE	<input type="checkbox"/> Gekochtes Rindfleisch in Meerrettichsoße mit Erbsengemüse und Salzkartoffeln KJ474 EW4,7 KH13,1 Fett2,2 ZU1,1 SA1,7 (Rind, 5, 9, A1, G, I) Gesamt: 5,1 BE	<input type="checkbox"/> Farfalle Nudeln in Käse-Spinat-Soße KJ474 EW4,4 KH17,7 Fett2,6 ZU1,5 SA1,6 (Vegetarisch, 5, 9, A1, G, I) Gesamt: 6,8 BE	<input type="checkbox"/> Perlgraupeneintopf mit gewürfeltem Kasseler vom Schwein KJ247 EW4,0 KH8,0 Fett1,1 ZU1,6 SA2,1 (Rind, 2, 5, A1, I) Gesamt: 3,7 BE	<input type="checkbox"/> Frischer Salatteller mit Thunfisch und Zwiebelringen KJ611 EW5,8 KH5,5 Fett7,5 ZU2,6 SA0,6 (Fisch, 2, 3, 5, 9, C, D, G, J) Gesamt: 1,7 BE	<input type="checkbox"/> Pfannkuchen mit Rosinen und Quarkfüllung, dazu Zimtzucker KJ742 EW6,7 KH26,5 Fett4,8 ZU13,7 SA0,4 (Vegetarisch, 9, A1, C, G) Gesamt: 6,0 BE	<input type="checkbox"/> Gebatene Hähnchenkeule mit Nudelsalat KJ905 EW8,6 KH12,4 Fett14,8 ZU2,8 SA0,8 (Geflügel, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, J) Gesamt: 5,2 BE	<input type="checkbox"/> Pichelsteiner Eintopf mit Rindfleisch (Rind, I, J) Gesamt: 2,6 BE
Freitag 21. Jan	<input type="checkbox"/> Szegediner Gulasch vom Schwein mit Schwenkkartoffeln KJ338 EW6,2 KH9,8 Fett1,5 ZU1,1 SA1,9 (Schwein, A1, I) Gesamt: 4,0 BE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Leberknödel in Majoransoße mit Sauerkraut und Kartoffeln KJ287 EW3,6 KH9,2 Fett1,6 ZU1,3 SA1,7 (Schwein, 5, A1, C, I, J) Gesamt: 4,3 BE	<input type="checkbox"/> Hähnchencurry mit Früchten, Reis und Mischsalat KJ465 EW5,2 KH17,3 Fett3,0 ZU2,8 SA1,3 (Geflügel, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, I, J) Gesamt: 6,3 BE	<input type="checkbox"/> Backfischfilet auf delikater Senfsoße dazu Kräuterkartoffeln und Mischsalat KJ441 EW5,3 KH13,2 Fett3,3 ZU2,0 SA1,7 (Fisch, 2, 3, 5, 9, A1, C, D, G, I, J) Gesamt: 5,5 BE	<input type="checkbox"/> Kartoffeltaschen mit Frischkäse dazu Tomaten-Zucchinigemüse und Püree KJ508 EW2,5 KH165,9 Fett5,1 ZU2,6 SA0,9 (Vegetarisch, 4, 5, 9, A1, G, I) Gesamt: 6,8 BE	<input type="checkbox"/> Stielmuseintopf mit Schweinefleischwürfeln KJ274 EW3,9 KH8,5 Fett1,2 ZU0,8 SA1,6 (Schwein, 5, A1, I) Gesamt: 3,9 BE	<input type="checkbox"/> Schweizer Wurstsalat mit Käsestreifen, Brot, Butter und Salatgarnitur KJ836 EW6,0 KH8,8 Fett15,3 ZU1,5 SA1,1 (Schwein, 2, 3, 4, 5, 9, A1, A2, G) Gesamt: 2,8 BE	<input type="checkbox"/> Milchreis mit Mandarinen KJ445 EW2,2 KH21,3 Fett1,4 ZU12,2 SA0,1 (Vegetarisch, 9, G) Gesamt: 8,9 BE	<input type="checkbox"/> Brathering mit Speckkartoffelsalat, Zwiebeln und Garnitur KJ661EW8,2 KH11,5 Fett8,7 ZU2,2 SA2,3 (Schwein, Fisch, 2, 3, 4, A1, D) Gesamt: 4,0 BE	<input type="checkbox"/> Alaska-Seelachshappen mit Kartoffelwürfeln und Dipp (Fisch, A, D, G, J) Gesamt: 4,8 BE
Samstag 22. Jan	<input type="checkbox"/> Eintopf mit grünen Bohnen mit zartem Schweinefleisch KJ338 EW6,2 KH9,8 Fett1,5 ZU1,8 SA1,7 (Schwein, A1, I) Gesamt: 4,0 BE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Pikantes Geflügelgulasch mit Blumenkohl und Salzkartoffeln KJ278 EW5,2 KH8,8 Fett0,9 ZU0,9 SA1,5 (Geflügel, 9, A1, F, G, I) Gesamt: 4,0 BE	<input type="checkbox"/> Italienischer Gemüseeintopf vegetarisch KJ255 EW1,5 KH11,0 Fett0,9 ZU2,6 SA1,4 (Vegetarisch, 5, A1, I) Gesamt: 4,6 BE	<input type="checkbox"/> Rinder-geschnetzeltes "Jäger Art" mit Bohnengemüse und Salzkartoffeln KJ334 EW6,9 KH8,4 Fett1,7 ZU1,4 SA2,1 (Rind, 3, 5, A1, I) Gesamt: 3,7 BE	<input type="checkbox"/> Tiefkühlmenü Samstag Variierende Auswahl, wird freitags ausgeliefert und lässt sich im Ofen oder der Mikrowelle erhitzen Kein Dessert Für die Lieferung am Wochenende und an Feiertagen zahlen Sie pro Menü lediglich 0,50 € extra!		<input type="checkbox"/> Quarkkeulchen mit Vanillesoße KJ630 EW3,8 KH26,3 Fett3,4 ZU17,0 SA0,3 (Vegetarisch, 5, 9, A1, G) Gesamt: 8,8 BE	<input type="checkbox"/> Fleischsalat "Rheinische Art" vom Schwein mit Garnitur und Brot KJ1072 EW5,3 KH8,2 Fett22,6 ZU0,9 SA1,2 (Schwein, 2, 3, 4, 5, 9, A1, A2, C, I) Gesamt: 2,9 BE	<input type="checkbox"/> Minifrikadellen mit Weißkohl und Stampfkartoffeln (Schwein, A1, C, G, I, J) Gesamt: 3,8 BE	
Sonntag 23. Jan	<input type="checkbox"/> Hähnchenragout mit Champignons und Spargel, dazu Gemüseeis KJ427 EW6,5 KH14,2 Fett2,1 ZU1,5 SA1,4 (Geflügel, 2, 9, A1, F, G, I) Gesamt: 5,3 BE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Schweinebraten in Kümmel-Senf-Soße mit Möhren und Salzkartoffeln KJ289 EW5,7 KH8,8 Fett1,1 ZU1,9 SA1,8 (Schwein, A1, I, J) Gesamt: 3,9 BE	<input type="checkbox"/> Linsen-Bolognese mit Nudeln KJ431 EW4,3 KH19,3 Fett0,5 ZU1,9 SA1,1 (Vegetarisch, A1, I) Gesamt: 7,6 BE	<input type="checkbox"/> Geflügelroulade in feiner Soße mit Rotkohl und Spätzle KJ445 EW6,0 KH12,7 Fett3,4 ZU1,5 SA1,0 (Geflügel, 5, 9, A1, C, F, G, I, J) Gesamt: 5,7 BE	<input type="checkbox"/> Tiefkühlmenü Sonntag Variierende Auswahl, wird freitags ausgeliefert und lässt sich im Ofen oder der Mikrowelle erhitzen Kein Dessert Für die Lieferung am Wochenende und an Feiertagen zahlen Sie pro Menü lediglich 0,50 € extra!		<input type="checkbox"/> Feiner Milchreis mit Zimtzucker und Apfelkompott KJ441 EW1,7 KH21,8 Fett1,2 ZU13,4 SA0,1 (Vegetarisch, 9, G) Gesamt: 9,2 BE	<input type="checkbox"/> Kasseler Braten mit Remouladensoße, Nudelsalat und Salatgarnitur KJ1003 EW6,8 KH14,8 Fett14,3 ZU0,6 SA1,7 (Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, J) Gesamt: 4,8 BE	<input type="checkbox"/> Hähnchenfilets in Pilzsoße, mit Schwarzwurzelgemüse und Petersilienkartoffeln (Geflügel, A, G, I) Gesamt: 2,7 BE	

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 / Erdnusserzeugnisse (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.