

Name: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Tour: \_\_\_\_\_

## Ihre Menüauswahl für die 4. Woche vom 20. Januar bis zum 26. Januar

Planabgabe bis zum

14. Januar 2019

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



	Tagesmenü € 8,05 rot	Tagesmenü kleine Portion doppelpot € 7,20	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
<b>Montag 20. Jan</b>	<input type="checkbox"/> <b>Hähnchenhacksteak</b> in Soße mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln KJ370 EW4,3 KH12,1 Fett2,4 Gesamt: 5,9 BE (Geflügel, 5, 9, A1, C, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <b>Schweinebraten</b> mit Frühlingsgemüse und Salzkartoffeln KJ327 EW6,1 KH9,9 Fett1,3 Gesamt: 4,4 BE (Schwein, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Vollkorn- Spaghetti "Carbonara"</b> mit Schinkenstreifen in Käse-Sahne- Soße dazu Zucchini Salat KJ499 EW5,1 KH16,2 Fett3,4 Gesamt: 7,4 BE (Schwein, 2, 4, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Lammragout</b> mit Bohnen und Kartoffeln KJ491 EW6,7 KH8,7 Fett6,1 Gesamt: 3,8 BE (Lamm, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Asiatisches Wokgemüse</b> mit Basmatireis KJ211 EW1,4 KH9,0 Fett0,8 Gesamt: 3,4 BE (Vegetarisch, 3, 5, A1, F, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Pichelsteiner Eintopf</b> mit Gemüse und Rindfleisch KJ239 EW3,8 KH7,8 Fett1,0 Gesamt: 3,5 BE (Rind, A1, I) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Pizzafrikadelle</b> vom Geflügel mit Kartoffelsalat und Salatgarnitur KJ680 EW6,1 KH12,4 Fett9,5 Gesamt: 4,2 BE (Geflügel, 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>Hackbällchen</b> vom Schwein und Rind, in Preiselbeer-Sahne-Soße mit Nudeln Gesamt: 4,6 BE (Schwein, Rind, A, C, G, I) Kein Dessert
<b>Dienstag 21. Jan</b>	<input type="checkbox"/> <b>Putenbraten</b> in Bratensoße mit Brechbohnen und Kartoffeln KJ439 EW7,6 KH9,9 Fett1,4 Gesamt: 4,5 BE (Geflügel, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <b>Königsberger Klopse</b> vom Schwein in Kapernsoße mit Reis und Rote-Beete-Salat KJ361 EW4,4 KH13,9 Fett4,4 Gesamt: 5,9 BE (Schwein, 3, 5, 9, A1, C, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Nudelaufauf</b> mit Brokkoli und Hackfleisch KJ735 EW8,5 KH21,2 Fett5,9 Gesamt: 9,7 BE (Schwein, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Schweine-rückensteak</b> in Rahmsoße, mit Kaisergemüse und Kartoffeln KJ299 EW5,8 KH8,8 Fett1,1 Gesamt: 3,9 BE (Schwein, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Eieromelette</b> mit Blattspinat, Röstzwiebeln und Kartoffelpüree KJ431 EW4,5 KH10,1 Fett4,5 Gesamt: 4,2 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Wirsing-Rinderhack Pfanne</b> dazu Salzkartoffeln KJ407 EW4,1 KH12,7 Fett3,3 Gesamt: 5,0 BE (Rind, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Bunter Salatmix</b> mit Bratenstreifen und Senf- Dill-Dressing KJ316 EW5,7 KH3,3 Fett4,2 Gesamt: 0,9 BE (Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Eierpfannkuchen</b> mit Apfelkompott KJ592 EW3,8 KH24,6 Fett2,7 Gesamt: 10,4 BE (Vegetarisch, 9, A1, C, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Schnittchenteller</b> Fertig belegte Schnittchen mit Wurst, Käse und Garnitur KJ479 EW2,4 KH16,9 Fett3,8 Gesamt: 6,0 BE (Schwein, Geflügel, 2, 3, 5, 9, A1, C, D, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Geflügelpfanne</b> mit Paprika und Champignons, dazu Spätzle Gesamt: 3,6 BE (Geflügel, A, C, G, I) Kein Dessert
<b>Mittwoch 22. Jan</b>	<input type="checkbox"/> <b>Gebratene Schweineleber</b> mit Zwiebelsoße, Mischgemüse und Kartoffelpüree KJ343 EW5,0 KH8,9 Fett2,7 Gesamt: 4,2 BE (Schwein, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <b>Geflügelschnitzel</b> mit Kohlrabigemüse und Petersilienkartoffeln KJ381 EW4,3 KH14,4 Fett2,9 Gesamt: 6,4 BE (Geflügel, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Cevapcici</b> vom Rind mit Djuwetschreis und Krautsalat KJ448 EW4,3 KH13,2 Fett5,4 Gesamt: 6,0 BE (Rind, 2, 3, 5, A1, C, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Gedünsteter Fisch</b> auf Buttersoße mit Kräuterkartoffeln und Möhrensalat KJ382 EW1,8 KH10,7 Fett3,3 Gesamt: 4,9 BE (Fisch, 9, A1, D, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Makkaroniaufauf</b> in fruchtiger Basilikum-Tomaten-Soße mit Käse überbacken KJ769 EW7,0 KH31,5 Fett2,9 Gesamt: 7,7 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Erbseintopf</b> mit Würstwürfeln vom Schwein KJ382 EW4,0 KH10,7 Fett3,1 Gesamt: 4,9 BE (Schwein, 2, 5, 9, A1, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Frische Salate der Saison</b> mit Hähnchenbrust und Cocktail-Dressing KJ520 EW7,8 KH14,2 Fett3,8 Gesamt: 3,9 BE (Geflügel, 2, 3, 5, A1, C, F, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Feiner Griesbrei</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>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>Schweinebraten</b> mit Rosenkohl und Speckklößen Gesamt: 2,6 BE (Schwein, A, C, G, I, J, O) Kein Dessert
<b>Donnerstag 23. Jan</b>	<input type="checkbox"/> <b>Schweinebraten</b> in Kümmel-Senf-Soße mit Mischgemüse und Salzkartoffeln KJ316 EW5,9 KH9,9 Fett1,1 Gesamt: 4,4 BE (Schwein, A1, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <b>Seelachsfilet "Naturell"</b> mit Kräutersoße, Brokkoligemüse und Petersilienkartoffeln KJ298 EW4,9 KH9,6 Fett1,3 Gesamt: 4,2 BE (Fisch, 5, 9, A1, D, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Currywurst</b> mit Reis und Gurkensalat KJ455 EW2,3 KH14,8 Fett7,2 Gesamt: 6,3 BE (Schwein, 2, 3, 4, 5, A1, C, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Gekochtes Rindfleisch</b> in Meerrettichsoße mit Erbsengemüse und Salzkartoffeln KJ412 EW4,7 KH14,2 Fett2,2 Gesamt: 6,3 BE (Rind, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Farfalle</b> Nudeln in Käse-Spinat-Soße KJ474 EW4,5 KH17,8 Fett2,5 Gesamt: 6,9 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Perlgraupeneintopf</b> mit gewürfeltem Kasseler vom Schwein KJ627 EW3,3 KH8,1 Fett2,6 Gesamt: 3,7 BE (Rind, 2, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Frischer Salatteller</b> mit Thunfisch und Zwiebelringen KJ593 EW5,7 KH5,2 Fett7,1 Gesamt: 1,7 BE (Fisch, 2, 3, 4, 5, 9, A1, C, D, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Pfannkuchen</b> mit Rosinen und Quarkfüllung, dazu Zimtucker KJ742 EW6,7 KH26,5 Fett4,8 Gesamt: 6,0 BE (Vegetarisch, 9, A1, C, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Gebratene Hähnchenkeule</b> mit Nudelsalat KJ883 EW8,6 KH12,0 Fett14,2 Gesamt: 5,0 BE (Geflügel, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Rindfleisch</b> in Meerrettichsoße mit Rote-Beete-Gemüse und Salzkartoffeln Gesamt: 3,6 BE (Rind, A, G) Kein Dessert
<b>Freitag 24. Jan</b>	<input type="checkbox"/> <b>Szegediner Gulasch</b> vom Schwein mit Schwenkkartoffeln KJ364 EW6,3 KH11,6 Fett1,5 Gesamt: 4,6 BE (Schwein, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <b>Leberknödel</b> in Majoransoße mit Sauerkraut und Kartoffeln KJ324 EW3,5 KH10,1 Fett2,3 Gesamt: 4,7 BE (Geflügel, 5, A1, C, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Hähnchencurry</b> mit Früchten, Reis und Mischsalat KJ352 EW4,5 KH16,6 Fett3,0 Gesamt: 7,1 BE (Geflügel, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Backfischfilet</b> auf delikater Senfsoße dazu Kräuterkartoffeln und Mischsalat KJ494 EW4,2 KH14,4 Fett4,7 Gesamt: 6,0 BE (Fisch, 2, 3, 5, 9, A1, C, D, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Kartoffeltaschen</b> mit Frischkäse dazu Tomaten-Zucchini-gemüse und Püree KJ513 EW2,5 KH16,1 Fett2,5 Gesamt: 6,9 BE (Vegetarisch, 4, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Stielmuseintopf</b> mit Schweinefleischwürfeln KJ274 EW3,9 KH8,5 Fett1,2 Gesamt: 3,9 BE (Schwein, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Schweizer Wurstsalat</b> mit Käsestreifen, Brot, Butter und Salatgarnitur KJ886 EW5,1 KH9,0 Fett17,2 Gesamt: 2,9 BE (Schwein, 2, 3, 4, 5, 9, A1, A2, G) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Milchreis</b> mit Mandarinen KJ340 EW1,9 KH15,7 Fett1,1 Gesamt: 6,6 BE (Vegetarisch, 9, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Brathering</b> mit Speckkartoffelsalat, Zwiebeln und Garnitur KJ643 EW8,3 KH12,5 Fett7,8 Gesamt: 4,4 BE (Schwein, Fisch, 2, 3, 4, A1, D) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Linseneintopf</b> "Hausfrauen Art" mit Bauerwurst vom Schwein Gesamt: 4,7 BE (Schwein, I, O) Kein Dessert
<b>Samstag 25. Jan</b>	<input type="checkbox"/> <b>Eintopf mit grünen Bohnen</b> mit zartem Schweinefleisch KJ293 EW4,1 KH8,8 Fett1,4 Gesamt: 4,0 BE (Schwein, Geflügel, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <b>Pikantes Geflügelgulasch</b> mit Blumenkohl und Salzkartoffeln KJ293 EW5,2 KH9,8 Fett0,8 Gesamt: 4,4 BE (Geflügel, 9, A1, F, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Italienischer Gemüseeintopf</b> vegetarisch KJ276 EW1,8 KH12,1 Fett0,9 Gesamt: 5,1 BE (Vegetarisch, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Rinder-geschnetzeltes</b> "Jäger Art" mit Bohnengemüse und Salzkartoffeln KJ350 EW7,0 KH9,6 Fett1,7 Gesamt: 4,2 BE (Rind, 5, A1, 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  Für die Lieferung am Wochenende und an Feiertagen zahlen Sie pro Menü lediglich 0,50 € extra!		<input type="checkbox"/> <b>Quarkkeulchen</b> mit Vanillesoße KJ628 EW3,9 KH26,3 Fett3,2 Gesamt: 8,8 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Fleischsalat</b> "Rheinische Art" vom Schwein mit Garnitur und Brot KJ1132 EW4,0 KH8,3 Fett24,5 Gesamt: 2,9 BE (Schwein, 2, 3, 4, 5, A1, A2, C, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Milchreis</b> mit Mandarinstücken Gesamt: 4,7 BE (Vegetarisch, 3, G) Kein Dessert	
<b>Sonntag 26. Jan</b>	<input type="checkbox"/> <b>Hähnchenragout</b> mit Champignons und Spargel, dazu Gemüseeis KJ303 EW5,9 KH13,5 Fett1,9 Gesamt: 5,1 BE (Geflügel, 2, 9, A1, F, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <b>Schweinebraten</b> in Kümmel-Senf-Soße mit Möhren und Salzkartoffeln KJ306 EW5,6 KH9,8 Fett1,1 Gesamt: 4,3 BE (Schwein, A1, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Linsen-Bolognese</b> mit Nudeln KJ433 EW4,6 KH19,0 Fett0,5 Gesamt: 7,6 BE (Vegetarisch, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Geflügelroulade</b> in feiner Soße mit Rotkohl und Spätzle KJ445 EW6,0 KH12,7 Fett3,3 Gesamt: 5,6 BE (Geflügel, 5, 9, A1, C, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Tiefkühlmenü Sonntag</b> 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"/> <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>Kasseler Braten</b> mit Remouladensoße, Nudelsalat und 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>Kalbshacksteak</b> in Weißweinsoße mit Wirsinggemüse und Spätzle Gesamt: 3,6 BE (Rind, Kalb, 7, A, C, 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 / 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.