

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

## Ihre Menüauswahl für die 10. Woche vom 8. März bis zum 14. März

**Planabgabe bis zum**

**2. März 2021**

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



	Tagesmenü € 8,05	Tagesmenü kleine Portion rot doppelpot € 7,20	D-Menü € 8,15	Leckere Vielfalt € 8,15	Spezialmenü € 8,35	Vegetarische Speise € 8,05	Gut & Günstig € 6,85	Salat & Co (kalt) € 7,75	Süßspeise € 7,25	Abendbrot (NUR IN VERBINDUNG MIT MITTAGESSEN) € 2,00	Klassik Menü (Einwegverpackung) € 7,85
08. Mrz Montag	<input type="checkbox"/> <b>Spaghetti "Bolognese"</b> vom Rind, dazu Krautsalat  KJ571 EW5,0 KH17,6 Fett4,1 Gesamt: 8,0 BE (Geflügel, Rind, 2, 3, 5, A1, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <b>Truthahngulasch</b>  mit Möhrengemüse und Petersilienkartoffeln  KJ302 EW5,4 KH10,6 Fett0,8 Gesamt: 4,6 BE (Geflügel, 9, A1, F, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Schweinebraten</b>  in brauner Soße mit buntem Mischgemüse und Kartoffeln  KJ334 EW5,5 KH9,8 Fett1,8 Gesamt: 4,3 BE (Schwein, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Geschmortes Lammgulasch</b>  mit Bohnen und Spätzle  KJ565 EW7,8 KH11,1 Fett6,5 Gesamt: 4,7 BE (Schwein, 5, 9, A1, C, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Grilltomate</b>  mit Gemüse und Bulgur  KJ335 EW2,6 KH14,1 Fett1,0 Gesamt: 6,1 BE (Vegetarisch, 3, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Weißkohl-Möhren-Eintopf</b>  mit Rindfleisch  KJ304 EW4,5 KH9,2 Fett1,5 Gesamt: 4,2 BE (Rind, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Schweineschnitzel</b>  mit Kartoffelsalat und Senf  KJ714 EW6,3 KH13,7 Fett9,8 Gesamt: 4,7 BE (Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Milchreis</b>  mit heißen Kirschen  KJ503 EW1,6 KH18,1 Fett0,9 Gesamt: 7,6 BE (Vegetarisch, 5, 9, 10, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Rindfleischsalat</b>  mit Brot und Butter  KJ594 EW6,9 KH11,0 Fett9,5 Gesamt: 3,3 BE (Rind, 3, A1, A2) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Paprikagemüse-Pfanne</b>  mediterran, mit Weichkäse und Rosmarinkartoffeln  Gesamt: 3,7 BE (Vegetarisch, M, Me,La) Kein Dessert
09. Mrz Dienstag	<input type="checkbox"/> <b>Königsberger Klopse</b> vom Schwein, mit Kapernsoße, Kartoffel und Rote-Beete-Salat  KJ528 EW6,1 KH13,2 Fett5,3 Gesamt: 6,1 BE (Schwein, 3, 5, 9, A1, C, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <b>Milchreis</b>  mit Früchten und Zimt  KJ159 EW1,8 KH5,9 Fett0,7 Gesamt: 2,7 BE (Vegetarisch, 3, 4, 5, 9, G) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Geflügel-Schaschlikpfanne</b>  mit Zwiebeln und Paprika, dazu Reis  KJ300 EW5,2 KH17,7 Fett1,4 Gesamt: 6,7 BE (Geflügel, 3, A1, F, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Cordon Bleu</b>  vom Schwein mit Bratensoße, Erbsengemüse und Kartoffeln  KJ430 EW5,4 KH13,9 Fett2,5 Gesamt: 6,5 BE (Schwein, 2, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Rührei</b>  mit Rahmspinat und Püree  KJ491 EW5,2 KH9,5 Fett6,4 Gesamt: 4,2 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Erbsensuppe</b>  mit Wursteinlage  KJ382 EW4,0 KH10,7 Fett3,1 Gesamt: 4,9 BE (Schwein, 2, 5, 9, A1, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Chefsalat</b>  mit Schinken, Käse, Ei und Cocktail-Dressing  KJ453 EW5,4 KH6,2 Fett6,6 Gesamt: 2,0 BE (Schwein, 2, 3, 4, 5, 9, C, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Germknödel</b>  mit Vanillesoße  KJ418 EW3,7 KH29,6 Fett2,2 Gesamt: 10,2 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Gyrosbraten</b>  vom Schwein, mit Zaziki und Krautsalat  KJ836 EW6,8 KH5,7 Fett16,6 Gesamt: 1,8 BE (Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>"Himmel und Erde"</b>  Kartoffeln, Apfelspalten, Bratwurst, Frikadelle (Rind) und Mettbällchen (Schwein)  Gesamt: 3,6 BE (Rind, Schwein, 2, A, C, G, I) Kein Dessert
10. Mrz Mittwoch	<input type="checkbox"/> <b>Gebackener Leberkäse</b> vom Schwein auf Sauerkraut, mit Kartoffelpüree  KJ499 EW2,7 KH10,4 Fett7,2 Gesamt: 4,7 BE (Schwein, 2, 4, 5, 9, A1, G) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <b>Gedünstetes Pangasiusfilet</b>  mit Juliengemüse- und Salzkartoffeln  KJ339 EW4,4 KH11,9 Fett1,8 Gesamt: 5,2 BE (Fisch, 5, 9, A1, D, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Bifteki</b>  Hackbraten vom Schwein mit Hirtenkäse, Tomatenreis und Krautsalat  KJ454 EW4,4 KH11,0 Fett6,8 Gesamt: 4,7 BE (Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Geflügelfilets</b>  in Paprika-Sahne-Soße mit Erbsen, Mais & Butterreis  KJ395 EW6,9 KH15,0 Fett1,3 Gesamt: 6,8 BE (Geflügel, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Kürbiscurry</b>  mit Reis  KJ237 EW1,3 KH19,0 Fett1,4 Gesamt: 7,8 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Spaghetti "Carbonara"</b>  mit Speck vom Schwein in Käse-Sahne-Soße, dazu Karottensalat  KJ551 EW4,8 KH15,6 Fett5,7 Gesamt: 6,8 BE (Schwein, 2, 4, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Salatteller</b>  mit verschiedenen Rohkostsalaten und Hausdressing  KJ211 EW1,5 KH4,2 Fett3,0 Gesamt: 1,2 BE (Vegetarisch, 2, 3, 5, 9, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Sahnegrießbrei</b>  mit Himbeeren  KJ497 EW3,3 KH20,6 Fett2,0 Gesamt: 8,6 BE (Vegetarisch, 5, 9, 10, A1, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Eiersalat</b>  mit Obstgarnitur und Weißbrot  KJ733 EW6,8 KH6,8 Fett13,4 Gesamt: 1,9 BE (Vegetarisch, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Apfelmilchreis</b>  mit Zimt und Zucker  Gesamt: 7,1 BE (Vegetarisch, G) Kein Dessert
11. Mrz Donnerstag	<input type="checkbox"/> <b>Schweine-rahmgulasch</b> mit Champignons und Spiralnudeln, dazu Rohkostsalat  KJ480 EW6,7 KH15,1 Fett2,9 Gesamt: 6,7 BE (Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <b>Rinderfrikadelle</b>  in Kräutersoße mit Erbsengemüse und Kartoffelpüree  KJ498 EW5,5 KH12,4 Fett3,5 Gesamt: 5,9 BE (Rind, 5, 9, A1, C, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Gegrillte Hähnchenkeule</b>  auf Paprikagemüse und Kartoffeln  KJ543 EW6,8 KH9,4 Fett7,0 Gesamt: 4,3 BE (Geflügel, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Schweinerückenbraten</b>  in Soße mit Bayrischkraut und Salzkartoffeln  KJ294 EW4,9 KH9,9 Fett1,2 Gesamt: 4,4 BE (Schwein, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Gemüsefrikadelle</b>  in Tomatensoße, dazu Spiralnudeln  KJ454 EW3,6 KH15,5 Fett1,8 Gesamt: 6,8 BE (Vegetarisch, 2, 5, 9, A1, A4, C, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Rheinischer Kartoffeleintopf</b>  mit Kasselerwürfel und frischem Porree  KJ276 EW4,0 KH8,4 Fett1,6 Gesamt: 3,9 BE (Schwein, 2, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Hirten Käse</b>  mit Tomate, Lauch, Zwiebeln, Oliven und Honig-Senf-Dressing  KJ473 EW4,0 KH3,6 Fett8,9 Gesamt: 1,0 BE (Vegetarisch, 2, 3, 5, 9, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Eierpfannkuchen</b>  gefüllt mit Heidelbeeren, dazu Vanillesoße  KJ476 EW3,1 KH19,3 Fett2,6 Gesamt: 6,8 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Sandwichteller</b>  leckere Sandwiches mit verschiedenem Belag und Garnitur  KJ1052 EW7,8 KH16,6 Fett17,5 Gesamt: 4,1 BE (Geflügel, Schwein, 2, 4, 5, 9, A1, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Pichelsteiner Eintopf</b>  mit Rindfleisch  Gesamt: 2,6 BE (Rind, I, J) Kein Dessert
12. Mrz Freitag	<input type="checkbox"/> <b>Bratwurst</b>  in Soße mit Kohlrabigemüse und Kartoffeln  KJ468 EW3,7 KH11,6 Fett5,7 Gesamt: 4,6 BE (Schwein, 3, 5, 9, A1, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <b>Putenbraten</b>  in Bratensoße mit Rübengemüse und Kartoffeln  KJ328 EW4,4 KH10,6 Fett0,8 Gesamt: 4,7 BE (Geflügel, 9, A1, C, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Geflügelbällchen</b>  in brauner Soße mit Gemüseris  KJ369 EW5,9 KH15,0 Fett3,0 Gesamt: 5,7 BE (Geflügel, 9, A1, C, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Gebratenes Schollenfilet</b>  "Finkenwerder Art" mit Speck und warmem Kartoffelsalat  KJ434 EW5,6 KH14,4 Fett2,8 Gesamt: 5,8 BE (Fisch, Schwein, 2, 4, 5, A1, D, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Gemüse-Kartoffel-Auflauf</b>  mit Käse überbacken  KJ321 EW3,3 KH7,6 Fett3,4 Gesamt: 3,5 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Geflügelhackfleischpfanne</b>  mit mediterranem Gemüse und Bulgur  KJ386 EW4,5 KH12,8 Fett2,0 Gesamt: 5,7 BE (Geflügel, A1, F, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Salatteller "Rustica"</b>  mit Weißkohl, Tomaten, Gurken, Möhren, Hackfleischbällchen und Sauerrahmdressing  KJ411 EW6,0 KH5,2 Fett5,8 Gesamt: 1,7 BE (Schwein, 9, A1, C, G, I, J) Kein Dessert	<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>Fischplatte</b>  nach Angebot, mit Brot und Butter  KJ963 EW9,7 KH14,5 Fett15,0 Gesamt: 3,6 BE (Fisch, 3, A1, A2, D) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Alaska-Seelachshappen</b>  mit Kartoffelwürfeln und Dipp  Gesamt: 4,8 BE (Fisch, A, D, G, J) Kein Dessert
13. Mrz Samstag	<input type="checkbox"/> <b>Spießbraten</b>  in Zwiebelsoße mit Bohnen und Paprikakartoffeln  KJ466 EW4,1 KH9,6 Fett5,8 Gesamt: 4,2 BE (Schwein, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <b>"Trentiner Markttopf"</b>  Italienischer Gemüseintopf mit zartem Schweinefleisch  KJ320 EW4,0 KH11,2 Fett1,1 Gesamt: 5,1 BE (Schwein, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Deftige Käsespätzle</b>  "Allgäuer Art", dazu Zucchini-Möhrensalat  KJ447 EW3,4 KH12,1 Fett4,7 Gesamt: 5,9 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Saftiger Rinderbraten</b>  in pikanter Soße mit Romanesco, Blumenkohl, Karotten und Kartoffeln  KJ352 EW7,9 KH9,3 Fett1,3 Gesamt: 4,3 BE (Rind, 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  <u>Für die Lieferung am Wochenende und an Feiertagen zahlen Sie pro Menü lediglich 0,50 € extra!</u>		<input type="checkbox"/> <b>Milchreis</b>  mit roter Grütze  KJ416 EW1,6 KH20,4 Fett0,9 Gesamt: 8,6 BE (Vegetarisch, 5, 9, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Gebratene Fleischbällchen</b>  vom Schwein, in Cocktailsauce mit Nudelsalat und Garnitur  KJ949 EW7,0 KH14,2 Fett15,6 Gesamt: 5,9 BE (Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, I, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Minifrikadellen</b>  mit Weißkohl und Stampfkartoffeln  Gesamt: 3,8 BE (Schwein, A1, C, G, I, J) Kein Dessert	
14. Mrz Sonntag	<input type="checkbox"/> <b>Hähnchenragout</b>  mit Champignons, Spargel und Gemüseris  KJ312 EW6,4 KH14,3 Fett1,9 Gesamt: 5,4 BE (Schwein, 2, 9, A1, F, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <b>Schweinerückensteak</b>  in Rahmsoße mit Kaisergemüse und Kartoffeln  KJ292 EW5,5 KH9,2 Fett0,9 Gesamt: 4,1 BE (Schwein, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>"Ratatouille"</b>  geschmortes Gemüse mit Langkornreis  KJ285 EW1,6 KH21,1 Fett1,1 Gesamt: 8,1 BE (Vegetarisch, 3, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Seehecht</b>  auf Kräutersoße mit Karotten und Kartoffeln  KJ343 EW3,9 KH11,2 Fett2,2 Gesamt: 8,1 BE (Fisch, 5, 9, A1, D, 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  <u>Für die Lieferung am Wochenende und an Feiertagen zahlen Sie pro Menü lediglich 0,50 € extra!</u>		<input type="checkbox"/> <b>Heißer Apfelstrudel</b>  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"/> <b>Käseplatte "Winzer Art"</b>  mit Weintrauben und Garnitur, dazu Mischbrot und Butter  KJ1013 EW11,1 KH36,0 Fett6,2 Gesamt: 6,7 BE (Vegetarisch, 4, 5, 9, A1, A2, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Hähnchenfilets</b>  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 / Erdnusserezeugnisse (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 (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! BE-Wert ergibt sich aus dem Gesamtgewicht einer Erwachsenen Portion. Die Nährwertangaben beziehen sich auf 100g.  
 KJ=Kilojoule; EW=Protein; KH=Kohlenhydrate; BE=Proteinheiten; Bei Fisch können Gräten enthalten sein. Änderungen und Druckfehler unter Vorbehalt.