

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

## Ihre Menüauswahl für die 12. Woche vom 16. März bis zum 22. März

Planabgabe bis zum

10. März 2020

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



	Tagesmenü rot € 8,05 kleine Portion € 7,20	D-Menü blau € 8,15	Leckere Vielfalt grün € 8,15	Spezialmenü orange € 8,35	Vegetarische Speise pink € 8,05	Gut & Günstig braun € 6,85	Salat & Co (kalt) silber € 7,75	Süßspeise weiß € 7,25	Abendbrot (wird mittags geliefert) € 5,45	Klassik Menü (Einwegverpackung) gelb € 7,85
<b>Montag 16. Mrz</b>	<input type="checkbox"/> <b>Hähnchenhacksteak</b> in Soße mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln KJ292 EW3,9 KH8,2 Fett2,4 Gesamt: 3,9 BE (Geflügel, 5, 9, A1, C, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Schweinebraten</b> mit Frühlingsgemüse und Salzkartoffeln KJ283 EW6,0 KH7,7 Fett1,3 Gesamt: 3,2 BE (Schwein, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Volkorn- Spaghetti "Carbonara"</b> mit Schinkenstreifen in Käse-Sahne- Soße dazu Zucchini Salat KJ499 EW5,1 KH16,2 Fett3,4 Gesamt: 7,2 BE (Schwein, 2, 4, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Lammragout</b> mit Bohnen und Kartoffeln KJ433 EW6,7 KH6,8 Fett5,6 Gesamt: 2,9 BE (Lamm, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Asiatisches Wokgemüse</b> mit Basmatireis KJ359 EW2,1 KH16,9 Fett0,9 Gesamt: 6,2 BE (Vegetarisch, 3, 5, A1, F, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Pichelsteiner Eintopf</b> mit Gemüse und Rindfleisch KJ217 EW3,8 KH6,6 Fett1,0 Gesamt: 3,0 BE (Rind, A1, I) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Pizzafrikadelle</b> vom Geflügel mit Kartoffelsalat und Salatgarnitur KJ640 EW6,1 KH10,3 Fett9,5 Gesamt: 3,4 BE (Geflügel, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, I, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Milchreis</b> mit Erdbeer-Rhabarberkompott KJ429 EW1,9 KH20,9 Fett1,0 Gesamt: 8,8 BE (Vegetarisch, 5, 9, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Kalter Schweinebraten</b> mit Kartoffelsalat KJ556 EW6,9 KH9,9 Fett7,7 Gesamt: 3,0 BE (Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Eisbeinflisch</b> vom Schwein, auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree Gesamt: 3,2 BE (Schwein, 2, G, O) Kein Dessert
<b>Dienstag 17. Mrz</b>	<input type="checkbox"/> <b>Putenbraten</b> in Bratensoße mit Brechbohnen und Kartoffeln KJ411 EW7,6 KH8,4 Fett1,4 Gesamt: 3,8 BE (Geflügel, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Königsberger Klopse</b> vom Schwein in Kapernsoße mit Reis und Rote-Beete-Salat KJ486 EW5,0 KH15,0 Fett4,0 Gesamt: 6,4 BE (Schwein, 3, 5, 9, A1, C, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Nudelaufbau</b> mit Brokkoli und Hackfleisch KJ706 EW8,4 KH20,4 Fett5,8 Gesamt: 9,3 BE (Schwein, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Schweine-rückensteak</b> in Rahmsoße, mit Kaisergemüse und Kartoffeln KJ256 EW5,8 KH6,8 Fett1,2 Gesamt: 3,0 BE (Schwein, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Eieromelette</b> mit Blattspinat, Röstzwiebeln und Kartoffelpüree KJ366 EW4,3 KH7,0 Fett4,7 Gesamt: 2,9 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Wirsing-Rinderhack Pfanne</b> dazu Salzkartoffeln KJ331 EW4,4 KH9,4 Fett2,6 Gesamt: 3,7 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 KJ624 EW3,7 KH27,1 Fett2,7 Gesamt: 11,5 BE (Vegetarisch, 9, A1, C, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Schnittchenteller</b> Fertig belegte Schnittchen mit Wurst, Käse und Garnitur KJ511 EW18,3 KH17,0 Fett5,2 Gesamt: 6,0 BE (Schwein, Geflügel, 2, 3, 5, 9, A1, C, D, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Fischstäbchen</b> mit Rahmspinat und Kartoffelpüree Gesamt: 4,3 BE (Fisch, A, D, G) Kein Dessert
<b>Mittwoch 18. Mrz</b>	<input type="checkbox"/> <b>Gebratene Schweineleber</b> mit Zwiebelsoße, Mischgemüse und Kartoffelpüree KJ314 EW5,0 KH7,6 Fett2,7 Gesamt: 3,3 BE (Schwein, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Geflügelschnitzel</b> mit Kohlrabigemüse und Petersilienkartoffeln KJ276 EW4,8 KH11,4 Fett1,7 Gesamt: 5,0 BE (Geflügel, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Cevapcici</b> vom Rind mit Djuwetschreis und Krautsalat KJ481 EW4,7 KH11,9 Fett5,5 Gesamt: 5,3 BE (Rind, 2, 3, 5, A1, C, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Gedünsteter Fisch</b> auf Buttersoße mit Kräuterkartoffeln und Möhrensalat KJ342 EW1,8 KH8,5 Fett3,4 Gesamt: 3,8 BE (Fisch, 9, A1, D, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Makkaroniaufbau</b> in fruchtiger Basilikum-Tomaten-Soße mit Käse überbacken KJ597 EW11,0 KH16,6 Fett3,1 Gesamt: 7,7 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Erbseintopf</b> mit Würstwürfeln vom Schwein KJ254 EW2,6 KH5,4 Fett3,0 Gesamt: 2,4 BE (Schwein, 2, 5, 9, A1, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>FrISCHE Salate der Saison</b> mit Hähnchenbrust und Cocktail-Dressing KJ491 EW8,7 KH11,5 Fett3,8 Gesamt: 3,2 BE (Geflügel, 2, 3, 5, 9, A1, C, F, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Feiner Griesbrei</b> mit roter Grütze KJ550 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 KJ953 EW10,0 KH12,3 Fett15,5 Gesamt: 2,2 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
<b>Donnerstag 19. Mrz</b>	<input type="checkbox"/> <b>Schweinebraten</b> in Kümmel-Senf-Soße mit Mischgemüse und Salzkartoffeln KJ288 EW5,9 KH8,4 Fett1,1 Gesamt: 3,6 BE (Schwein, A1, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Seelachsfilet "Naturell"</b> mit Kräutersoße, Brokkoligemüse und Petersilienkartoffeln KJ261 EW5,2 KH7,4 Fett1,3 Gesamt: 3,3 BE (Fisch, 5, 9, A1, D, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Currywurst</b> mit Reis und Gurkensalat KJ591 EW3,0 KH15,8 Fett7,3 Gesamt: 6,6 BE (Schwein, 2, 3, 4, 5, 9, A1, C, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Gekochtes Rindfleisch</b> in Meerrettichsoße mit Erbsengemüse und Salzkartoffeln KJ369 EW4,6 KH11,3 Fett2,6 Gesamt: 5,0 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: 6,7 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Perlgraupeneintopf</b> mit gewürfeltem Kasseler vom Schwein KJ608 EW3,3 KH7,1 Fett2,6 Gesamt: 3,2 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: 1,6 BE (Fisch, 2, 3, 5, 9, A1, C, D, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Pfannkuchen</b> mit Rosinen und Quarkfüllung, dazu Zimtucker KJ792 EW6,7 KH31,8 Fett3,4 Gesamt: 7,2 BE (Vegetarisch, 9, A1, C, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Gebratene Hähnchenkeule</b> mit Nudelsalat KJ874 EW8,5 KH14,8 Fett13,2 Gesamt: 5,0 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
<b>Freitag 20. Mrz</b>	<input type="checkbox"/> <b>Szegediner Gulasch</b> vom Schwein mit Schwenkkartoffeln KJ292 EW6,7 KH8,7 Fett0,9 Gesamt: 3,6 BE (Schwein, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Leberknödel</b> in Majoransoße mit Sauerkraut und Kartoffeln KJ297 EW3,5 KH8,7 Fett2,3 Gesamt: 3,6 BE (Geflügel, 5, A1, C, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Hähnchencurry</b> mit Früchten, Reis und Mischsalat KJ506 EW5,0 KH18,4 Fett2,9 Gesamt: 7,8 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 KJ463 EW4,2 KH12,8 Fett4,7 Gesamt: 4,7 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 KJ521 EW2,6 KH11,5 Fett2,3 Gesamt: 5,0 BE (Vegetarisch, 4, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Stielmuseintopf</b> mit Schweinefleischwürfeln KJ255 EW3,9 KH7,5 Fett1,2 Gesamt: 3,4 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 KJ431 EW2,3 KH20,6 Fett1,2 Gesamt: 8,7 BE (Vegetarisch, 9, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Brathering</b> mit Speckkartoffelsalat, Zwiebeln und Garnitur KJ664 EW8,1 KH8,8 Fett10,1 Gesamt: 2,9 BE (Schwein, Fisch, 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
<b>Samstag 21. Mrz</b>	<input type="checkbox"/> <b>Eintopf mit grünen Bohnen</b> mit zartem Schweinefleisch KJ224 EW4,0 KH6,1 Fett1,3 Gesamt: 2,7 BE (Schwein, Geflügel, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Pikantes Geflügelgulasch</b> mit Blumenkohl und Salzkartoffeln KJ249 EW5,7 KH6,7 Fett0,9 Gesamt: 3,2 BE (Geflügel, 9, A1, F, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Italienischer Gemüseeintopf</b> vegetarisch KJ258 EW1,8 KH11,1 Fett0,9 Gesamt: 4,6 BE (Vegetarisch, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Rinder-geschnetzeltes</b> "Jäger Art" mit Bohnengemüse und Salzkartoffeln KJ309 EW6,9 KH7,5 Fett1,7 Gesamt: 3,2 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: 8,6 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Fleischsalat</b> "Rheinische Art" vom Schwein mit Garnitur und Brot KJ1155 EW6,8 KH8,5 Fett24,5 Gesamt: 3,0 BE (Schwein, 2, 3, 4, 5, A1, A2, C, 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
<b>Sonntag 22. Mrz</b>	<input type="checkbox"/> <b>Hähnchenragout</b> mit Champignons und Spargel, dazu Gemüserais KJ419 EW7,1 KH13,0 Fett2,0 Gesamt: 5,0 BE (Geflügel, 2, 9, A1, F, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Schweinebraten</b> in Kümmel-Senf-Soße mit Möhren und Salzkartoffeln KJ266 EW5,6 KH7,6 Fett1,4 Gesamt: 3,3 BE (Schwein, A1, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Linsen-Bolognese</b> mit Nudeln KJ401 EW4,3 KH18,3 Fett0,6 Gesamt: 7,5 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 KJ440 EW1,9 KH21,7 Fett1,0 Gesamt: 9,2 BE (Vegetarisch, 9, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> <b>Kasseler Braten</b> mit Remouladensoße, Nudelsalat und Salatgarnitur KJ749 EW12,0 KH13,6 Fett10,5 Gesamt: 4,4 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): 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 / Eiererzeugnisse (D): Fisch / Fischerzeugnisse (E): Erdnüsse / Erdnusserzeugnisse (F): Soja / Sojaerzeugnisse (G): Milch / Milcherzeugnisse einschl. Lactose (H): Schalenfrüchte [H1=Mandel, H2=Haselnuss, H3=Walnut, 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 / Lupinenerzeugnisse (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.