

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

## Ihre Menüauswahl für die 27. Woche vom 1. Juli bis zum 7. Juli

**Planabgabe bis zum**

**25. Juni 2019**

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



|                           | Tagesmenü  | Tagesmenü<br>kleine<br>Portion<br>doppelpot | D-Menü  | Leckere Vielfalt   | Spezialmenü   | Vegetarische Speise   | Gut & Günstig   | Salat & Co (kalt)  | Süßspeise  | Abendbrot<br>(wird mittags geliefert)  | Klassik Menü<br>(Einwegverpackung)  |
|---------------------------|--|---|---|--|---|---|---|--|--|--|---|
|                           | rot<br>€ 8,05  | rot<br>€ 6,90                               | blau<br>€ 8,15  | grün<br>€ 8,15   | orange<br>€ 8,35  | pink<br>€ 8,05  | braun<br>€ 6,85   | silber<br>€ 7,75   | weiß<br>€ 7,25   | € 5,45   | gelb<br>€ 7,85  |
| <b>Montag</b> 01. Jul     | <input type="checkbox"/> <b>Spaghetti "Bolognese"</b><br>vom Rind, dazu Krautsalat<br><br>KJ571 EW5,0 KH17,6 Fett4,1<br>Gesamt: 7,7 BE<br>(Geflügel, Rind, 2, 3, 5, A1, C, I, J)<br>Dessert                              | <input type="checkbox"/>                    | <input type="checkbox"/> <b>Truthahngulasch</b><br><br>mit Möhrengemüse und Petersilienkartoffeln<br><br>KJ273 EW5,4 KH9,3 Fett0,8<br>Gesamt: 3,2 BE<br>(Geflügel, 9, A1, F, G, I)<br>Dessert           | <input type="checkbox"/> <b>Schweinebraten</b><br><br>in brauner Soße mit buntem Mischgemüse und Kartoffeln<br><br>KJ283 EW5,4 KH9,3 Fett0,8<br>Gesamt: 3,3 BE<br>(Schwein, 9, A1, G, I)<br>Dessert                      | <input type="checkbox"/> <b>Geschmortes Lammgulasch</b><br><br>mit Bohnen und Salzkartoffeln<br><br>KJ445 EW6,8 KH7,1 Fett5,6<br>Gesamt: 2,8 BE<br>(Lamm, 5, 9, A1, G, I)<br>Dessert  | <input type="checkbox"/> <b>Grilltomate</b><br><br>mit Gemüse und Bulgur<br><br>KJ204 EW1,5 KH9,3 Fett0,4<br>Gesamt: 4,2 BE<br>(Vegetarisch, 3, 5, A1, I)<br>Dessert  | <input type="checkbox"/> <b>Weißkohl-Möhren-Eintopf</b><br><br>mit Rindfleisch<br><br>KJ283 EW4,4 KH8,2 Fett1,5<br>Gesamt: 2,8 BE<br>(Rind, 5, A1, I)<br>Dessert  | <input type="checkbox"/> <b>Schweineschnitzel</b><br><br>mit Kartoffelsalat und Senf<br><br>KJ676 EW6,3 KH11,7 Fett9,8<br>Gesamt: 4,1 BE<br>(Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, J)<br>Kein Dessert   | <input type="checkbox"/> <b>Milchreis</b><br><br>mit heißen Kirschen<br><br>KJ576 EW2,0 KH22,2 Fett1,0<br>Gesamt: 9,3 BE<br>(Vegetarisch, 5, 9, G)<br>Kein Dessert   | <input type="checkbox"/> <b>Rindfleischsalat</b><br><br>mit Brot und Butter<br><br>KJ594 EW6,9 KH11,0 Fett9,5<br>Gesamt: 3,6 BE<br>(Rind, 3, A1, A2)<br>Kein Dessert   | <input type="checkbox"/> <b>Frikadelle</b><br><br>vom Rind und Schwein, in Champignonsoße mit Gartengemüse & Kartoffeln<br><br>Gesamt: 3,5 BE<br>(Rind, Schwein, 9, A, C, G, I)<br>Kein Dessert |
| <b>Dienstag</b> 02. Jul   | <input type="checkbox"/> <b>Königsberger Klopse</b><br>vom Schwein, mit Kapernsoße, Kartoffeln und Rote-Beete-Salat<br><br>KJ493 EW6,1 KH11,3 Fett5,3<br>Gesamt: 5,2 BE<br>(Schwein, 3, 5, 9, A1, C, G, I, J)<br>Dessert | <input type="checkbox"/>                    | <input type="checkbox"/> <b>Milchreis</b><br><br>mit Früchten und Zimt<br><br>KJ258 EW2,3 KH11,3 Fett0,7<br>Gesamt: 5,1 BE<br>(Vegetarisch, 3, 4, 5, 9, G)<br>Dessert                                   | <input type="checkbox"/> <b>Geflügel-Schaschlikpfanne</b><br><br>mit Zwiebeln und Paprika, dazu Reis<br><br>KJ499 EW5,8 KH20,5 Fett1,4<br>Gesamt: 8,4 BE<br>(Geflügel, 3, A1, F, I)<br>Dessert                           | <input type="checkbox"/> <b>Cordon Bleu</b><br><br>vom Schwein mit Bratensoße, Erbsengemüse und Kartoffeln<br><br>KJ403 EW5,4 KH12,5 Fett2,5<br>Gesamt: 5,0 BE<br>(Schwein, 2, 5, 9, A1, G, I)<br>Dessert                                 | <input type="checkbox"/> <b>Rührei</b><br><br>mit Rahmspinat und Püree<br><br>KJ470 EW5,2 KH8,2 Fett6,5<br>Gesamt: 3,1 BE<br>(Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G, I)<br>Dessert  | <input type="checkbox"/> <b>Erbsensuppe</b><br><br>mit Wursteinlage<br><br>KJ376 EW4,1 KH9,9 Fett3,3<br>Gesamt: 2,0 BE<br>(Schwein, 2, 5, 9, A1, G, I, J)<br>Dessert  | <input type="checkbox"/> <b>Chefsalat</b><br><br>mit Schinken, Käse, Ei und Cocktail-Dressing<br><br>KJ466 EW6,0 KH6,1 Fett6,7<br>Gesamt: 2,2 BE<br>(Schwein, 2, 3, 4, 5, 9, A1, C, G, J)<br>Kein Dessert  | <input type="checkbox"/> <b>Germknödel</b><br><br>mit Vanillesoße<br><br>KJ418 EW3,8 KH29,6 Fett2,3<br>Gesamt: 10,3 BE<br>(Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G)<br>Kein Dessert  | <input type="checkbox"/> <b>Gyrosbraten</b><br><br>vom Schwein, mit Zaziki und Krautsalat<br><br>KJ835 EW6,8 KH5,7 Fett16,6<br>Gesamt: 1,7 BE<br>(Schwein, 2, 3, 4, 5, 9, A1, C, G, J)<br>Kein Dessert                           | <input type="checkbox"/> <b>Vollmilch-Griechbrei</b><br><br>mit Erdbeer-Apfel-Kompott<br><br>Gesamt: 3,9 BE<br>(Vegetarisch, 3, 9, A, G)<br>Kein Dessert  |
| <b>Mittwoch</b> 03. Jul   | <input type="checkbox"/> <b>Gebäckener Leberkäse</b><br>vom Schwein auf Sauerkraut, mit Kartoffelpüree<br><br>KJ470 EW2,7 KH8,9 Fett7,2<br>Gesamt: 3,4 BE<br>(Schwein, 2, 4, 5, 9, A1, G, I, J)<br>Dessert               | <input type="checkbox"/>                    | <input type="checkbox"/> <b>Gedünstetes Pangasiusfilet</b><br><br>mit Juliengemüse- und Salzkartoffeln<br><br>KJ303 EW4,4 KH10,0 Fett1,9<br>Gesamt: 4,2 BE<br>(Fisch, 5, 9, A1, G, I)<br>Dessert        | <input type="checkbox"/> <b>Bifteki</b><br><br>Hackbraten vom Schwein mit Hirtenkäse, Tomatenreis und Krautsalat<br><br>KJ534 EW4,8 KH11,5 Fett6,8<br>Gesamt: 4,8 BE<br>(Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, I, J)<br>Dessert | <input type="checkbox"/> <b>Geflügelfilets</b><br><br>in Paprika-Sahne-Soße mit Erbsen, Mais & Butterreis<br><br>KJ513 EW7,5 KH15,9 Fett1,4<br>Gesamt: 6,8 BE<br>(Geflügel, 5, 9, A1, G, I)<br>Dessert                                    | <input type="checkbox"/> <b>Kürbiscurry</b><br><br>mit Reis<br><br>KJ433 EW2,2 KH20,4 Fett1,6<br>Gesamt: 7,6 BE<br>(Vegetarisch, 5, 9, A1, G, I)<br>Dessert   | <input type="checkbox"/> <b>Spaghetti "Carbonara"</b><br>mit Speck vom Schwein in Käse-Sahne-Soße, dazu Karottensalat<br><br>KJ663 EW4,0 KH14,8 Fett9,1<br>Gesamt: 6,2 BE<br>(Schwein, 2, 4, 5, 9, A1, G, I)<br>Dessert | <input type="checkbox"/> <b>Salatteller</b><br><br>mit verschiedenen Rohkostsalaten und Hausdressing<br><br>KJ211 EW1,5 KH4,2 Fett3,0<br>Gesamt: 1,2 BE<br>(Vegetarisch, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, J)<br>Kein Dessert                                | <input type="checkbox"/> <b>Sahnegrießbrei</b><br><br>mit Himbeeren<br><br>KJ499 EW3,8 KH20,6 Fett2,0<br>Gesamt: 9,8 BE<br>(Vegetarisch, 5, 9, A1, G)<br>Kein Dessert  | <input type="checkbox"/> <b>Eiersalat</b><br><br>mit Obstgarnitur und Weißbrot<br><br>KJ732 EW6,7 KH6,8 Fett13,4<br>Gesamt: 2,0 BE<br>(Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G, J)<br>Kein Dessert   | <input type="checkbox"/> <b>Alaska Seelachs</b><br><br>in Senf-Buttersoße mit Möhren und Risi-Bisi<br><br>Gesamt: 4,5 BE<br>(Fisch, 9, A, D, G, J, M)<br>Kein Dessert                           |
| <b>Donnerstag</b> 04. Jul | <input type="checkbox"/> <b>Schweine-rahmgulasch</b><br>mit Champignons und Spiralnudeln, dazu Rohkostsalat<br><br>KJ468 EW7,0 KH15,1 Fett2,4<br>Gesamt: 6,3 BE<br>(Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, I, J)<br>Dessert      | <input type="checkbox"/>                    | <input type="checkbox"/> <b>Rinderfrikadelle</b><br><br>in Kräutersoße mit Erbsengemüse und Kartoffelpüree<br><br>KJ474 EW5,5 KH11,1 Fett3,5<br>Gesamt: 4,5 BE<br>(Rind, 5, 9, A1, C, G, I)<br>Dessert  | <input type="checkbox"/> <b>Gegrillte Hähnchenkeule</b><br><br>auf Paprikagemüse und Kartoffeln<br><br>KJ521 EW6,8 KH8,0 Fett7,1<br>Gesamt: 3,4 BE<br>(Geflügel, 5, A1, I)<br>Dessert                                    | <input type="checkbox"/> <b>Schweinerückenbraten</b><br><br>in Soße mit Bayrischkraut und Salzkartoffeln<br><br>KJ265 EW4,9 KH8,4 Fett1,2<br>Gesamt: 3,0 BE<br>(Schwein, 5, 9, A1, G, I)<br>Dessert                                       | <input type="checkbox"/> <b>Gemüsefrikadelle</b><br><br>in Tomatensoße, dazu Spiralnudeln<br><br>KJ456 EW3,6 KH19,3 Fett1,7<br>Gesamt: 6,5 BE<br>(Vegetarisch, 2, 5, 9, A1, A4, C, G, I)<br>Dessert   | <input type="checkbox"/> <b>Rheinischer Kartoffeleintopf</b><br><br>mit Kasselerwürfel und frischem Porree<br><br>KJ374 EW4,2 KH13,5 Fett2,0<br>Gesamt: 5,7 BE<br>(Schwein, A1, F, I)<br>Dessert                        | <input type="checkbox"/> <b>Hirten Käse</b><br><br>mit Tomate, Lauch, Zwiebeln, Oliven und Honig-Senf-Dressing<br><br>KJ479 EW4,0 KH3,7 Fett9,1<br>Gesamt: 1,1 BE<br>(Vegetarisch, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, J)<br>Kein Dessert                      | <input type="checkbox"/> <b>Eierpfannkuchen</b><br><br>gefüllt mit Heidelbeeren, dazu Vanillesoße<br><br>KJ477 EW3,1 KH19,3 Fett2,6<br>Gesamt: 7,6 BE<br>(Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G)<br>Kein Dessert                                   | <input type="checkbox"/> <b>Sandwichteller</b><br><br>leckere Sandwiches mit verschiedenem Belag und Garnitur<br><br>KJ1052 EW7,8 KH16,6 Fett17,5<br>Gesamt: 4,0 BE<br>(Geflügel, Schwein, 2, 4, 5, 9, A1, G, J)<br>Kein Dessert | <input type="checkbox"/> <b>Bohneneintopf</b><br><br>aus weißen Bohnen<br><br>Gesamt: 3,2 BE<br>(Vegetarisch, I)<br>Kein Dessert  |
| <b>Freitag</b> 05. Jul    | <input type="checkbox"/> <b>Bratwurst</b><br><br>in Soße mit Kohlrabigemüse und Kartoffeln<br><br>KJ444 EW3,7 KH10,2 Fett5,7<br>Gesamt: 3,5 BE<br>(Schwein, 3, 5, 9, A1, G, I)<br>Dessert                                | <input type="checkbox"/>                    | <input type="checkbox"/> <b>Putenbraten</b><br><br>in Bratensoße mit feinem Rübengemüse und Kartoffeln<br><br>KJ299 EW4,4 KH9,1 Fett0,8<br>Gesamt: 3,1 BE<br>(Geflügel, 9, A1, G, I)<br>Dessert         | <input type="checkbox"/> <b>Geflügelbällchen</b><br><br>in brauner Soße dazu Gemüseris<br><br>KJ493 EW6,3 KH16,4 Fett2,9<br>Gesamt: 6,0 BE<br>(Geflügel, 9, A1, C, G, I, J)<br>Dessert                                   | <input type="checkbox"/> <b>Gebratenes Schollenfilet</b><br><br>"Finkenwerder Art", mit Speck vom Schwein und warmem Kartoffelsalat<br><br>KJ495 EW4,9 KH12,7 Fett5,3<br>Gesamt: 4,4 BE<br>(Fisch, Schwein, 2, 4, 5, A1, D, I)<br>Dessert | <input type="checkbox"/> <b>Gemüse-Kartoffel-Auflauf</b><br><br>mit Käse überbacken<br><br>KJ303 EW3,4 KH6,6 Fett3,4<br>Gesamt: 2,3 BE<br>(Vegetarisch, 5, 9, A1, G, I)<br>Dessert  | <input type="checkbox"/> <b>Geflügelhackfleisch-Pfanne</b><br><br>mit mediterranem Gemüse und Bulgur<br><br>KJ374 EW4,2 KH13,5 Fett2,0<br>Gesamt: 5,7 BE<br>(Geflügel, A1, F, I)<br>Dessert                             | <input type="checkbox"/> <b>Salatteller "Rustica"</b><br><br>mit Weißkohl, Tomaten, Gurken, Möhren, Hackfleischbällchen und Sauerrahmdressing<br><br>KJ425 EW6,0 KH5,2 Fett6,2<br>Gesamt: 1,8 BE<br>(Schwein, 9, A1, C, G, I, J)<br>Kein Dessert | <input type="checkbox"/> <b>Beerengrütze</b><br><br>mit Vanillesoße<br><br>KJ527 EW1,2 KH26,8 Fett0,8<br>Gesamt: 11,3 BE<br>(Vegetarisch, 5, 9, G)<br>Kein Dessert   | <input type="checkbox"/> <b>Fischplatte</b><br><br>nach Angebot, mit Brot und Butter<br><br>KJ963 EW9,7 KH14,5 Fett15,0<br>Gesamt: 3,3 BE<br>(Fisch, 3, A1, A2, D)<br>Kein Dessert   | <input type="checkbox"/> <b>Gemüseauswahl</b><br><br>mit Holländischer Soße und Frühlingspüree<br><br>Gesamt: 3,7 BE<br>(Vegetarisch, 9, A, G)<br>Kein Dessert                                  |
| <b>Samstag</b> 06. Jul    | <input type="checkbox"/> <b>Spießbraten vom Schwein</b><br><br>mit Zwiebelsoße, Bohnen und Paprikakartoffeln<br><br>KJ439 EW4,1 KH8,1 Fett5,9<br>Gesamt: 3,3 BE<br>(Schwein, 5, A1, I)<br>Dessert                        | <input type="checkbox"/>                    | <input type="checkbox"/> <b>"Trentiner Markttopf"</b><br><br>Italienischer Gemüseintopf mit zartem Schweinefleisch<br><br>KJ303 EW4,0 KH10,3 Fett1,1<br>Gesamt 3,9 BE<br>(Schwein, 5, A1, I)<br>Dessert | <input type="checkbox"/> <b>Deftige Käsespätzle</b><br><br>"Allgäuer Art", dazu Zucchini-Möhrensalat<br><br>KJ452 EW3,5 KH12,1 Fett4,9<br>Gesamt 5,1 BE<br>(Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G, I)<br>Dessert                   | <input type="checkbox"/> <b>Saftiger Rinderbraten</b><br><br>in pikanter Soße mit Romanesco, Blumenkohl, Karotten und Kartoffeln<br><br>KJ324 EW7,9 KH7,9 Fett1,3<br>Gesamt: 3,1 BE<br>(Rind, A1, I)<br>Dessert                           | <input type="checkbox"/> <b>Tiefkühlmenü Samstag</b><br><br>Variierende Auswahl, wird freitags ausgeliefert und lässt sich im Ofen oder der Mikrowelle erhitzen<br><br>Kein Dessert<br><br><b>Für die Lieferung am Wochenende und an Feiertagen zahlen Sie pro Menü lediglich 0,50 € extra!</b> |   | <input type="checkbox"/> <b>Milchreis</b><br><br>mit roter Grütze<br><br>KJ492 EW2,0 KH24,5 Fett0,9<br>Gesamt: 10,2 BE<br>(Vegetarisch, 5, 9, G)<br>Kein Dessert   | <input type="checkbox"/> <b>Gebratene Fleischbällchen</b><br><br>vom Schwein, in Cocktailsauce mit Nudelsalat und Garnitur<br><br>KJ954 EW7,0 KH14,2 Fett15,8<br>Gesamt: 6,1 BE<br>(Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, I, J)<br>Kein Dessert | <input type="checkbox"/> <b>Currywurst</b><br><br>vom Schwein mit Kartoffelspalten<br><br>Gesamt: 6,0 BE<br>(Schwein, J)<br>Kein Dessert   |   |
| <b>Sonntag</b> 07. Jul    | <input type="checkbox"/> <b>Hähnchenragout</b><br><br>mit Champignons und Spargel dazu Gemüseris<br><br>KJ453 EW6,7 KH15,7 Fett2,0<br>Gesamt: 6,1 BE<br>(Geflügel, 2, 9, A1, F, G, I)<br>Dessert                         | <input type="checkbox"/>                    | <input type="checkbox"/> <b>Schweinerückensteak</b><br><br>in Rahmsoße mit Kaisergemüse und Kartoffeln<br><br>KJ264 EW5,5 KH7,7 Fett0,9<br>Gesamt: 3,0 BE<br>(Schwein, 9, A1, G, I)<br>Dessert          | <input type="checkbox"/> <b>"Ratatouille"</b><br><br>geschmortes Gemüse mit Langkornreis<br><br>KJ458 EW2,4 KH21,1 Fett1,3<br>Gesamt: 9,3 BE<br>(Vegetarisch, 3, 5, A1, I)<br>Dessert                                    | <input type="checkbox"/> <b>Seehecht</b><br><br>auf Kräutersoße mit Karotten und Kartoffeln<br><br>KJ316 EW3,9 KH9,8 Fett2,3<br>Gesamt: 3,2 BE<br>(Fisch, 5, 9, A1, D, G, I)<br>Dessert   | <input type="checkbox"/> <b>Tiefkühlmenü Sonntag</b><br><br>Variierende Auswahl, wird freitags ausgeliefert und lässt sich im Ofen oder der Mikrowelle erhitzen<br><br>Kein Dessert<br><br><b>Für die Lieferung am Wochenende und an Feiertagen zahlen Sie pro Menü lediglich 0,50 € extra!</b> |   | <input type="checkbox"/> <b>Heißer Apfelstrudel</b><br><br>mit Vanillesoße<br><br>KJ773 EW2,9 KH22,7 Fett9,1<br>Gesamt: 5,5 BE<br>(Vegetarisch, 2, 4, 5, 9, A1, G)<br>Kein Dessert   | <input type="checkbox"/> <b>Käseplatte "Winzer Art"</b><br><br>mit Weintrauben und Garnitur, dazu Mischbrot und Butter<br><br>KJ1013 EW11,1 KH36,0 Fett6,2<br>Gesamt: 6,7 BE<br>(Vegetarisch, 4, 5, 9, A1, A2, G)<br>Kein Dessert        | <input type="checkbox"/> <b>Hähnchen-Happen</b><br><br>paniert, in Holländischer Soße mit Erbsen, Möhren, Kartoffelpüree<br><br>Gesamt: 4,4 BE<br>(Geflügel, 8, 9, A, G, I)<br>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! 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.