

Name: _____ Tour: _____
 Adresse: _____

Ihre Menüauswahl für die 4. Woche
 vom 23. Januar bis zum 29. Januar

PLANABGABE BIS: 17. Januar 2023

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



	Tagesmenü € 8,70 mit Dessert	Tagesmenü kleine Portion rot doppelpot € 7,90	D-Menü € 8,80 blau mit Dessert	Leckere Vielfalt € 8,80 grün mit Dessert	Spezialmenü € 9,00 orange mit Dessert	Vegetarische Speise € 8,70 pink mit Dessert	Gut & Günstig € 7,35 braun mit Dessert	Salat & Co (kalt) € 8,40 silber kein Dessert	Süßspeise € 7,90 weiß kein Dessert	Abendbrot (NUR IN VERBINDUNG MIT MITTAGESSEN) € 5,75 kein Dessert	Klassik Menü (Einwegverpackung) € 8,60 gelb kein Dessert
Montag 23. Jan	<input type="checkbox"/> Mini-Hacksteaks vom Schwein in Bratensoße mit Bohnen und Salzkartoffeln KJ438 EW4,9 KH9,6 Fett2,2 ZU1,2 SA1,8 (Schwein, 5, A1, C, I, J) Gesamt: 4,3 BE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Geflügelleber in Zwiebel-Apfel-Soße mit Kartoffelpüree und Möhren KJ320 EW5,5 KH8,6 Fett2,2 ZU2,5 SA0,7 (Geflügel, 5, 9, A1, G, I) Gesamt: 4,1 BE	<input type="checkbox"/> Gefüllte Paprikaschote mit Hackfleisch vom Schwein und Tomatensoße dazu Reis KJ924 EW3,6 KH16,0 Fett1,9 ZU2,4 SA1,3 (Schwein, A1, C, I) Gesamt: 6,9 BE	<input type="checkbox"/> Schweinerückenbraten mit Kaisergemüse und Kartoffeln KJ271 EW5,5 KH7,9 Fett0,8 ZU1,4 SA1,7 (Schwein, 5, A1, I) Gesamt: 3,5 BE	<input type="checkbox"/> Maultaschen "vegetarisch" in Tomatensoße mit geriebenem Käse und Möhren-Rohkostsalat KJ561 EW5,9 KH17,1 Fett4,4 ZU3,8 SA1,5 (Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G, I, J) Gesamt: 7,9 BE	<input type="checkbox"/> Spaghetti "Bolognese" vom Rind dazu Gurkensalat KJ450 EW4,8 KH16,7 Fett2,2 ZU2,0 SA1,1 (Geflügel, Rind, 2, 3, 5, A1, C, F, I, J) Gesamt: 7,6 BE	<input type="checkbox"/> Paniertes Schnitzel vom Schwein, mit Kartoffelsalat und Senf KJ747 EW8,2 KH13,3 Fett10,2 ZU2,5 SA2,3 (Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, J) Gesamt: 4,6 BE	<input type="checkbox"/> Milchreis mit heißen Kirschen KJ579 EW1,8 KH22,2 Fett1,2 ZU14,6 SA0,1 (Vegetarisch, 5, 9, G) Gesamt: 9,3 BE	<input type="checkbox"/> Rindfleischsalat mit Brot und Butter KJ626 EW7,4 KH11,5 Fett5,9 ZU5,4 SA1,0 (Rind, 3, A1, A2) Gesamt: 3,5 BE	<input type="checkbox"/> Schweinegulasch "Hausfrauen Art" mit Blumenkohl und Salzkartoffeln (Schwein, 9, A, G, I, O) Gesamt: 2,8 BE
Dienstag 24. Jan	<input type="checkbox"/> Heiße Fleischwurst vom Schwein mit Sauerkraut und Püree KJ507 EW3,6 KH10,0 Fett7,1 ZU1,7 SA1,2 (Schwein, 2, 4, 5, 9, A1, G) Gesamt: 4,6 BE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Schweinegulasch in Kräuterrahmsoße, dazu buntes Gemüse und Kartoffeln KJ315 EW6,0 KH8,2 Fett1,6 ZU1,2 SA1,6 (Schwein, 9, A1, G, I) Gesamt: 3,7 BE	<input type="checkbox"/> Gebratene Fleischbällchen vom Rind in Chili-Soße mit Reis und Wachsbohnenalat KJ470 EW4,8 KH18,9 Fett4,3 ZU2,7 SA1,5 (Rind, 3, A1, C, I, J) Gesamt: 6,6 BE	<input type="checkbox"/> Klassischer Sauerbraten vom Rind mit Rosinensoße, Kartoffeln und Rotkohl KJ408 EW7,5 KH12,2 Fett1,5 ZU4,3 SA2,0 (Rind, 5, A1) Gesamt: 5,7 BE	<input type="checkbox"/> Tofu Gemüsepfanne mit Kräutersoße und Karottenpüree KJ362 EW2,9 KH11,7 Fett2,8 ZU2,4 SA0,4 (Vegetarisch, 5, 9, A1, F, G, I) Gesamt: 4,7 BE	<input type="checkbox"/> Pichelsteiner Eintopf mit frischem Gemüse und Rindfleischinlage KJ300 EW4,1 KH9,3 Fett1,9 ZU1,6 SA2,1 (Rind, 5, A1, I) Gesamt: 4,3 BE	<input type="checkbox"/> Thunfischsalat mit frischen Salaten, dazu French-Dressing KJ519 EW6,8 KH5,2 Fett3,9 ZU2,2 SA0,4 (Fisch, 2, 3, 5, 9, C, D, G, I, J) Gesamt: 1,5 BE	<input type="checkbox"/> Eierpfannkuchen gefüllt mit Heidelbeeren, dazu Vanillesoße KJ486 EW3,0 KH19,7 Fett2,8 ZU10,7 SA0,2 (Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G) Gesamt: 7,4 BE	<input type="checkbox"/> Gyrosbraten vom Schwein mit Zaziki und Krautsalat KJ787 EW6,8 KH5,3 Fett17,1 ZU3,7 SA1,3 (Schwein, 2, 3, 4, 5, 9, A1, C, G, J) Gesamt: 1,7 BE	<input type="checkbox"/> Gemüseintopf nach "Gärtnerin Art" mit Fleischklößchen vom Schwein (Schwein, A, C, G, I) Gesamt: 2,5 BE
Mittwoch 25. Jan	<input type="checkbox"/> Gemüseintopf mit Hühnerfleisch KJ311 EW3,5 KH10,6 Fett1,9 ZU1,5 SA1,4 (Geflügel, A1, I) Gesamt: 4,9 BE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Bratwurst vom Schwein in Soße mit Sommergemüse und Kartoffeln KJ433 EW3,7 KH8,0 Fett6,1 ZU1,4 SA1,8 (Schwein, 9, A1, G, I) Gesamt: 3,7 BE	<input type="checkbox"/> Fischstäbchen mit Tomatensoße und Kartoffelpüree KJ467 EW4,4 KH12,0 Fett4,9 ZU2,1 SA0,9 (Fisch, 5, 9, A1, D, G, I) Gesamt: 4,8 BE	<input type="checkbox"/> "Piccata Napoli" zartes Geflügelschnitzel mit Tomatenspaghetti KJ559 EW6,3 KH19,2 Fett3,2 ZU1,8 SA1,6 (Geflügel, A1, I) Gesamt: 7,0 BE	<input type="checkbox"/> Gebratenes Gemüse in gelber Currysoße mit Reis KJ327 EW2,5 KH17,9 Fett1,0 ZU2,4 SA1,1 (Vegetarisch, 5, 9, A1, F, G, I) Gesamt: 6,4 BE	<input type="checkbox"/> Grünkohlgerichte "Bürgerlich" mit Kartoffeln und Frikadelle KJ425 EW5,7 KH12,7 Fett2,9 ZU0,7 SA1,9 (Rind, 5, A1, C, I, J) Gesamt: 5,1 BE	<input type="checkbox"/> Caesar-Salat Blattsalate mit Mais, Hähnchen, Croutons und Joghurt dressing KJ479 EW9,8 KH11,0 Fett3,2 ZU1,8 SA0,9 (Geflügel, 2, 9, A1, F, G) Gesamt: 2,9 BE	<input type="checkbox"/> Griesflammeri "Baden Baden" mit Fruchtsoße KJ480 EW2,8 KH20,2 Fett2,4 ZU15,7 SA0,1 (Vegetarisch, 5, 9, A1, G) Gesamt: 8,5 BE	<input type="checkbox"/> Eiersalat mit Obstgarnitur und Weißbrot KJ754 EW6,6 KH8,0 Fett13,5 ZU2,4 SA1,1 (Vegetarisch, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, J) Gesamt: 2,2 BE	<input type="checkbox"/> Vegetarischer Strudel auf Gemüsebett, Kartoffelwürfel und Holländische Soße (Vegetarisch, 7, A, G, I) Gesamt: 4,0 BE
Donnerstag 26. Jan	<input type="checkbox"/> Schaschlikpfanne vom Geflügel mit Paprika und Zwiebeln, dazu Reis KJ399 EW6,1 KH18,3 Fett1,5 ZU1,9 SA1,1 (Geflügel, 3, A1, F, I) Gesamt: 5,5 BE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Fischfilet (natur) auf Kräuterbuttersoße, dazu Brokkoligemüse und Salzkartoffeln KJ299 EW4,2 KH8,4 Fett2,0 ZU1,3 SA1,5 (Fisch, 9, A1, D, G, I) Gesamt: 3,7 BE	<input type="checkbox"/> Spirellis mit Tomaten-Schinkensoße dazu Rohkostsalat KJ415 EW4,1 KH16,5 Fett1,5 ZU2,3 SA2,7 (Schwein, 2, 4, A1, I) Gesamt: 7,3 BE	<input type="checkbox"/> Filettöpfchen Hähnchen und Schweinefilet in Pilzrahmsoße, dazu Gemüse und Kartoffeln KJ282 EW6,8 KH7,3 Fett0,8 ZU1,4 SA1,8 (Schwein, Geflügel, 5, 9, A1, G, I) Gesamt: 3,3 BE	<input type="checkbox"/> Drillinge mit Schale dazu Schnittlauchquark KJ360 EW6,1 KH12,5 Fett0,9 ZU3,8 SA0,6 (Vegetarisch, 9, G) Gesamt: 5,8 BE	<input type="checkbox"/> Erbseintopf mit Bockwurst vom Schwein KJ420 EW4,5 KH10,1 Fett4,3 ZU1,3 SA1,5 (Schwein, 2, 5, 9, G, I, J) Gesamt: 4,9 BE	<input type="checkbox"/> Frikadelle vom Schwein, mit Nudelsalat und Senf KJ931 EW8,3 KH15,5 Fett12,2 ZU0,9 SA1,2 (Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, I, J) Gesamt: 4,5 BE	<input type="checkbox"/> Germknödel mit Vanillesoße KJ691 EW3,8 KH31,5 Fett2,5 ZU13,1 SA0,4 (Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G) Gesamt: 9,5 BE	<input type="checkbox"/> Sandwichteller leckere Sandwiches mit verschiedenen Sorten Belag und Garnitur KJ1138 EW9,0 KH20,9 Fett16,8 ZU1,6 SA1,2 (Schwein, Geflügel, 2, 5, 9, A1, C, G, J) Gesamt: 5,1 BE	<input type="checkbox"/> Vollmich-Grießbrei mit Plauenkompott (Vegetarisch, 3, A1, G) Gesamt: 4,2 BE
Freitag 27. Jan	<input type="checkbox"/> Wiener Würstchen vom Schwein mit Sauerkraut und Petersilienkartoffeln KJ394 EW3,3 KH10,1 Fett4,0 ZU1,8 SA2,2 (Schwein, 2, 5, 9, A1, G, I, J) Gesamt: 4,7 BE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Gekochte Eier in Senfsoße mit Kräuterpüree und Sellerie- Möhrensalat KJ397 EW3,4 KH10,7 Fett4,1 ZU2,3 SA0,7 (Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G, I, J) Gesamt: 5,0 BE	<input type="checkbox"/> Hähnchenfleisch süß-sauer, mit Chinagemüse und Reis KJ394 EW5,1 KH19,0 Fett1,5 ZU2,3 SA1,3 (Geflügel, 3, A1, F, I) Gesamt: 5,7 BE	<input type="checkbox"/> Hoki Fischfilet in Kräutersoße, dazu Erbsen und Kartoffeln KJ420 EW5,8 KH11,9 Fett2,9 ZU1,6 SA1,8 (Fisch, 5, 9, A1, D, G, I) Gesamt: 5,5 BE	<input type="checkbox"/> Blumenkohl-Brokkoli-Auflauf mit Käse überbackenen Kartoffeln KJ377 EW4,3 KH10,2 Fett3,2 ZU2,4 SA1,5 (Vegetarisch, 5, 9, A1, G, I) Gesamt: 4,7 BE	<input type="checkbox"/> Rheinischer Kartoffeleintopf mit Kasseler und Porree KJ271 EW3,7 KH8,4 Fett1,6 ZU1,9 SA1,9 (Schwein, 2, 5, 9, A1, G, I) Gesamt: 4,7 BE	<input type="checkbox"/> Elsässer Salat mit Essig-Öl, Eisbergsalat, Radicchio, Chinakohl, Tomaten, Zwiebeln und Käse KJ441 EW2,3 KH5,6 Fett5,3 ZU2,5 SA0,4 (Vegetarisch, 2, 3, 5, 9, C, G, J) Gesamt: 1,7 BE	<input type="checkbox"/> Sahnegrießbrei mit Waldfrüchten KJ533 EW2,8 KH23,2 Fett2,4 ZU18,8 SA0,1 (Vegetarisch, 5, 9, A1, G) Gesamt: 9,7 BE	<input type="checkbox"/> Fischplatte nach Angebot, mit Brot und Butter KJ974 EW9,9 KH14,0 Fett15,1 ZU3,2 SA2,2 (Fisch, 3, 9, A1, A2 D, G) Gesamt: 3,5 BE	<input type="checkbox"/> Nudeln Lauch-Schinken-Rahmsoße (vom Schwein) (Schwein, 2, A, G, I, O) Gesamt: 4,8 BE
Samstag 28. Jan	<input type="checkbox"/> Kasellernacken in Apfelsoße mit Rotkohl und Kartoffeln KJ300 EW3,8 KH8,5 Fett2,4 ZU1,9 SA1,7 (Schwein, 2, 5, A1, I) Gesamt: 4,0 BE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Möhreneintopf mit Rinderfrikadelle KJ349 EW4,6 KH9,1 Fett3,0 ZU2,3 SA0,5 (Rind, 5, A1, C, I) Gesamt: 4,6 BE	<input type="checkbox"/> Linsen- Bolognese mit Vollkornnudeln KJ385 EW3,9 KH14,8 Fett8,8 ZU1,9 SA1,4 (Vegetarisch, A1, I) Gesamt: 6,2 BE	<input type="checkbox"/> Gebratene Hähnchenbrust in feiner Soße, mit Paprikakartoffeln und Blattspinat KJ377 EW6,9 KH11,3 Fett1,8 ZU1,6 SA2,1 (Geflügel, 5, 9, A1, F, G, I) Gesamt: 5,5 BE	Für die Lieferung am Wochenende und an Feiertagen zahlen Sie pro Menü lediglich 0,50 € extra!		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Milchreis mit roter Grütze KJ493 EW1,9 KH24,5 Fett1,1 ZU16,8 SA0,1 (Vegetarisch, 5, 9, G) Gesamt: 10,3 BE	<input type="checkbox"/> Gebratene Fleischbällchen vom Schwein, in Cocktailsauce mit Nudelsalat und Garnitur KJ863 EW7,8 KH15,7 Fett12,6 ZU2,9 SA1,2 (Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, I, J) Gesamt: 5,7 BE	<input type="checkbox"/> Hähnchenfilets in Sahnesauce mit Gemüse und Reis (Geflügel, A1, G, I) Gesamt: 3,6 BE
Sonntag 29. Jan	<input type="checkbox"/> Gefüllte Hackfleischrolle vom Schwein in Rahmsoße mit Rübensgemüse und Nudeln KJ498 EW4,7 KH13,5 Fett5,0 ZU1,3 SA1,4 (Schwein, 3, 9, A1, G, I) Gesamt: 6,0 BE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Schweinebraten in milder Kümmel- Senfsoße mit Schwarzwurzelgemüse und Salzkartoffeln KJ306 EW6,4 KH7,9 Fett1,0 ZU1,2 SA1,9 (Schwein, A1, I, J) Gesamt: 3,5 BE	<input type="checkbox"/> Kaiserschmarrn mit Vanillesoße KJ642 EW3,9 KH21,7 Fett5,6 ZU12,1 SA0,5 (Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G) Gesamt: 9,1 BE	<input type="checkbox"/> Grüne Tagliatelle mit Hack und Champignons in Suerrahm KJ524 EW5,5 KH12,3 Fett4,1 ZU1,2 SA2,2 (Schwein, Rind, 4, 9, A1, G, I, J) Gesamt: 5,2 BE			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Heißer Apfelstrudel mit Vanillesoße KJ885 EW2,9 KH24,7 Fett11,2 ZU9,5 SA0,4 (Vegetarisch, 2, 4, 5, 9, A1, G) Gesamt: 10,4 BE	<input type="checkbox"/> Käseplatte "Winzer Art" mit Weintrauben, dazu Mischbrot, Butter und Garnitur KJ988 EW11,4 KH34,8 Fett6,3 ZU2,1 SA1,6 (Vegetarisch, 4, 5, 9, A1, A2, G) Gesamt: 6,5 BE	<input type="checkbox"/> Rahmgulasch vom Rind, mit Champignons, Klößen und "Leipziger Allerlei" (Rind, C, G, I) Gesamt: 3,7 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 / 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! BE-Wert ergibt sich aus dem Gesamtgewicht einer Erwachsenen Portion. Die Nährwertangaben beziehen sich auf 100 g. KJ=Kilojoule; EW=Protein; KH=Kohlenhydrate; BE=Proteinheiten; Bei Fisch können Gräten enthalten sein. Änderungen und Druckfehler unter Vorbehalt.