

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

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

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

Ihre Menüauswahl für die 43. Woche  
vom 24. Oktober bis zum 30. Oktober

**PLANABGABE BIS: 18. Oktober 2022**

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



	Tagesmenü rot mit Dessert € 8,70	Tagesmenü kleine Portion doppeltrot € 7,90	D-Menü blau mit Dessert € 8,80	Leckere Vielfalt grün mit Dessert € 8,80	Spezialmenü orange mit Dessert € 9,00	Vegetarische Speise pink mit Dessert € 8,70	Gut & Günstig braun mit Dessert € 7,35	Salat & Co (kalt) silber kein Dessert € 8,40	Süßspeise weiß kein Dessert € 7,90	Abendbrot (NUR IN VERBINDUNG MIT MITTAGESSEN) kein Dessert € 5,75	Klassik Menü (Einwegverpackung) gelb kein Dessert € 8,60
Montag 24. Okt	<input type="checkbox"/> <b>Geschmorte Hähnchenbrust</b> in Balsamico Marinade mit Erbsen und Möhren, dazu Salbeikartoffeln KJ424 EW6,9 KH11,8 Fett2,5 ZU3,4 SA3,1 (Geflügel, 2, 5, 9, A1, F, G) Gesamt: 4,8 BE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <b>Schweinebraten</b> mit Frühlingsgemüse und Salzkartoffeln KJ312 EW6,1 KH8,8 Fett1,3 ZU1,2 SA1,6 (Schwein, 5, 9, A1, G, I) Gesamt: 3,9 BE	<input type="checkbox"/> <b>Volkorn-Spaghetti "Carbonara"</b> mit Schinkenstreifen in Käse-Sahne-Soße dazu Zucchini-Salat KJ502 EW5,1 KH16,3 Fett3,5 ZU1,9 SA1,6 (Schwein, 2, 4, 5, 9, A1, G, I) Gesamt: 7,4 BE	<input type="checkbox"/> <b>Seelachsfilet</b> mit Erbsensoße auf Zucchini-Kräutergemüse, dazu Reis KJ401 EW5,0 KH12,5 Fett3,1 ZU1,8 SA1,0 (Fisch, 9, A1, D, G, I) Gesamt: 5,3 BE	<input type="checkbox"/> <b>Asiatisches Wokgemüse</b> mit Basmatireis KJ450 EW2,0 KH16,4 Fett0,9 ZU4,8 SA1,3 (Vegetarisch, 3, A1, F, I) Gesamt: 8,4 BE	<input type="checkbox"/> <b>Pichelsteiner Eintopf</b> mit Gemüse und Rindfleisch KJ283 EW3,8 KH7,8 Fett1,0 ZU1,6 SA2,1 (Rind, 5, A1, I) Gesamt: 3,5 BE	<input type="checkbox"/> <b>Pizzafrikadelle</b> vom Geflügel mit Kartoffelsalat und Salatgarnitur KJ852 EW8,7 KH12,6 Fett13,0 ZU2,5 SA3,0 (Geflügel, 2, 3, 5, 9, A1, C, F, G, I, J) Gesamt: 4,2 BE	<input type="checkbox"/> <b>Milchreis</b> mit Erdbeer-Rhabarberkompott KJ431 EW1,8 KH21,0 Fett1,1 ZU13,2 SA0,1 (Vegetarisch, 5, 9, G) Gesamt: 8,8 BE	<input type="checkbox"/> <b>Kalter Schweinebraten</b> mit Kartoffelsalat KJ 612 EW6,0 KH12,3 Fett8,1 ZU2,5 SA2,5 (Schwein, 2, 3, 5, 9, C, G, J) Gesamt: 3,7BE	<input type="checkbox"/> <b>Paprikagemüse-Pfanne</b> mediterran, mit Weichkäse und Rosmarinkartoffeln (Vegetarisch, M, Me,La) Gesamt: 3,7 BE
Dienstag 25. Okt	<input type="checkbox"/> <b>Putenbraten</b> in Bratensoße mit Brehbohnen und Kartoffeln KJ345 EW7,9 KH9,2 Fett1,5 ZU1,0 SA1,6 (Geflügel, 9, A1, G, I) Gesamt: 4,2 BE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <b>Königsberger Klopse</b> vom Schwein in Kapernsoße mit Reis und Rote-Beete-Salat KJ462 EW5,6 KH15,5 Fett2,8 ZU2,2 SA1,3 (Schwein, 3, 5, 9, A1, C, G, I, J) Gesamt: 6,6 BE	<input type="checkbox"/> <b>Nudelaufbau</b> mit Brokkoli und Hackfleisch KJ474 EW10,9 KH26,1 Fett7,6 ZU0,7 SA0,3 (Schwein, 5, 9, A1, G, I) Gesamt: 11,9 BE	<input type="checkbox"/> <b>Schweine-rückensteak</b> in Rahmsoße, mit Kaisergemüse und Kartoffeln KJ284 EW5,8 KH7,7 Fett1,1 ZU1,4 SA1,7 (Schwein, 9, A1, G, I) Gesamt: 3,4 BE	<input type="checkbox"/> <b>Eieromelette</b> mit Blattspinat, Röstzwiebeln und Kartoffelpüree KJ343 EW4,5 KH10,1 Fett4,9 ZU1,2 SA0,7 (Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G, I) Gesamt: 3,2 BE	<input type="checkbox"/> <b>Wirsing-Rinderhack Pfanne</b> dazu Salzkartoffeln KJ279 EW5,6 KH20,6 Fett4,0 ZU0,6 SA1,6 (Rind, 9, A1, G, I) Gesamt: 8,1 BE	<input type="checkbox"/> <b>Bunter Salatmix</b> mit Bratenstreifen und Senf-Dill-Dressing KJ327 EW5,7 KH3,5 Fett4,4 ZU2,2 SA0,5 (Schwein, 2, 3, 5, 9, C, G, J) Gesamt: 1,0 BE	<input type="checkbox"/> <b>Eierpfannkuchen</b> mit Apfelkompott KJ592 EW3,8 KH24,6 Fett2,7 ZU10,4 SA0,3 (Vegetarisch, 9, A1, C, G) Gesamt: 9,4 BE	<input type="checkbox"/> <b>Schnittenteller</b> Fertig belegte Schnittchen mit Wurst, Käse und Garnitur KJ1027 EW8,7 KH27,1 Fett10,8 ZU1,5 SA1,4 (Schwein/Geflügel,2,4,5,9,A1,A2,G) Gesamt: 5,9 BE	<input type="checkbox"/> <b>"Himmel und Erde"</b> Kartoffeln, Apfelspalten, Bratwurst, Frikadelle (Rind) und Mettbällchen (Schwein) (Rind, Schwein, 2, A, C, G, I) Gesamt: 3,6 BE
Mittwoch 26. Okt	<input type="checkbox"/> <b>Gebratene Schweineleber</b> mit Zwiebelsoße, Mischgemüse und Kartoffelpüree KJ343 EW5,0 KH9,0 Fett2,8 ZU1,5 SA0,8 (Schwein, 5, 9, A1, G, I) Gesamt: 4,2 BE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <b>Geflügelschnitzel</b> mit Kohlrabigemüse und Petersilienkartoffeln KJ365 EW4,3 KH13,3 Fett2,9 ZU0,5 SA0,7 (Geflügel, 9, A1, G, I) Gesamt: 7,2 BE	<input type="checkbox"/> <b>Cevapcici</b> vom Rind mit Djuwetschreis und Krautsalat KJ520 EW4,6 KH13,3 Fett5,6 ZU2,5 SA1,1 (Rind, 2, 3, 5, A1, C, I, J) Gesamt: 6,0 BE	<input type="checkbox"/> <b>Gedünsteter Fisch</b> auf Buttersoße mit Kräuterkartoffeln und Möhrsalat KJ383 EW5,5 KH9,4 Fett3,3 ZU2,4 SA1,7 (Fisch, 9, A1, D, G, I) Gesamt: 4,5 BE	<input type="checkbox"/> <b>Makkaroniaufbau</b> in fruchtiger Basilikum-Tomaten-Soße mit Käse überbacken KJ754 EW6,8 KH30,6 Fett2,9 ZU2,5 SA0,5 (Vegetarisch, 5, 9, A1, G, I) Gesamt: 13,9 BE	<input type="checkbox"/> <b>Erbseintopf</b> mit Würstwürfeln vom Schwein KJ381 EW4,0 KH10,7 Fett3,1 ZU1,1 SA1,5 (Schwein, 2, 4, 5, I) Gesamt: 4,0 BE	<input type="checkbox"/> <b>Frische Salate der Saison</b> mit Hähnchenbrust und Cocktail-Dressing KJ447 EW7,9 KH14,4 Fett3,9 ZU2,6 SA0,8 (Geflügel, 2, 3, 5, 9, A1, C, F, G, J) Gesamt: 2,9 BE	<input type="checkbox"/> <b>Feiner Griesbrei</b> mit roter Grütze KJ550 EW2,8 KH24,2 Fett2,4 ZU18,8 SA0,1 (Vegetarisch, 5, 9, A1, G) Gesamt: 10,1 BE	<input type="checkbox"/> <b>Schweinesülze</b> mit Remouladensoße, Garnitur und Brot KJ990 EW7,9 KH14,8 Fett16,00 ZU1,5 SA1,8 (Schwein, 2, 3, 9, A1, A2, C, G, I, J) Gesamt: 2,7 BE	<input type="checkbox"/> <b>Apfelmilchreis</b> mit Zimt und Zucker (Vegetarisch, G) Gesamt: 7,1 BE
Donnerstag 27. Okt	<input type="checkbox"/> <b>Schweinebraten</b> in Kümmel-Senf-Soße mit Mischgemüse und Salzkartoffeln KJ299 EW5,9 KH8,8 Fett1,0 ZU1,3 SA1,9 (Schwein, 9, A1, G, I, J) Gesamt: 3,9BE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <b>Seelachsfilet "Naturell"</b> mit Kräutersoße, Brokkoligemüse und Petersilienkartoffeln KJ300 EW5,3 KH8,5 Fett1,6 ZU1,9 SA1,6 (Fisch, 5, 9, A1, D, G, I) Gesamt: 3,8 BE	<input type="checkbox"/> <b>Currywurst</b> mit Reis und Gurkensalat KJ583 EW3,0 KH15,8 Fett7,3 ZU3,2 SA1,5 (Schwein, 2, 3, 4, 5, 9, A1, C, I, J) Gesamt: 6,5 BE	<input type="checkbox"/> <b>Gekochtes Rindfleisch</b> in Meerrettichsoße mit Erbsengemüse und Salzkartoffeln KJ474 EW4,7 KH13,1 Fett2,2 ZU1,1 SA1,7 (Rind, 5, 9, A1, G, I) Gesamt: 5,1 BE	<input type="checkbox"/> <b>Farfalle</b> Nudeln in Käse-Spinat-Soße KJ474 EW4,4 KH17,7 Fett2,6 ZU1,5 SA1,6 (Vegetarisch, 5, 9, A1, G, I) Gesamt: 6,8 BE	<input type="checkbox"/> <b>Perlgraupeneintopf</b> mit gewürfeltem Kasseler vom Schwein KJ247 EW4,0 KH8,0 Fett1,1 ZU1,6 SA2,1 (Rind, 2, 5, A1, I) Gesamt: 3,7 BE	<input type="checkbox"/> <b>Frischer Salatteller</b> mit Thunfisch und Zwiebelringen KJ611 EW5,8 KH5,5 Fett7,5 ZU2,6 SA0,6 (Fisch, 2, 3, 5, 9, C, D, G, J) Gesamt: 1,7 BE	<input type="checkbox"/> <b>Pfannkuchen</b> mit Rosinen und Quarkfüllung, dazu Zimtzucker KJ742 EW6,7 KH26,5 Fett4,8 ZU13,7 SA0,4 (Vegetarisch, 9, A1, C, G) Gesamt: 6,0 BE	<input type="checkbox"/> <b>Gebratene Hähnchenkeule</b> mit Nudelsalat KJ905 EW8,6 KH12,4 Fett14,8 ZU2,8 SA0,8 (Geflügel, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, J) Gesamt: 5,2 BE	<input type="checkbox"/> <b>Pichelsteiner Eintopf</b> mit Rindfleisch (Rind, I, J) Gesamt: 2,6 BE
Freitag 28. Okt	<input type="checkbox"/> <b>Szegediner Gulasch</b> vom Schwein mit Schwenkkartoffeln KJ338 EW6,2 KH9,8 Fett1,5 ZU1,1 SA1,9 (Schwein, A1, I) Gesamt: 4,0 BE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <b>Leberknödel</b> in Majoransoße mit Sauerkraut und Kartoffeln KJ287 EW3,6 KH9,2 Fett1,6 ZU1,3 SA1,7 (Schwein, 5, A1, C, I, J) Gesamt: 4,3 BE	<input type="checkbox"/> <b>Hähnchencurry</b> mit Früchten, Reis und Mischsalat KJ465 EW5,2 KH17,3 Fett3,0 ZU2,8 SA1,3 (Geflügel, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, I, J) Gesamt: 6,3 BE	<input type="checkbox"/> <b>Backfischfilet</b> auf delikater Senfsoße dazu Kräuterkartoffeln und Mischsalat KJ441 EW5,3 KH13,2 Fett3,3 ZU2,0 SA1,7 (Fisch, 2, 3, 5, 9, A1, C, D, G, I, J) Gesamt: 5,5 BE	<input type="checkbox"/> <b>Kartoffeltaschen</b> mit Frischkäse dazu Tomaten-Zucchinigemüse und Püree KJ445 EW2,5 KH165,9 Fett5,1 ZU2,6 SA0,9 (Vegetarisch, 4, 5, 9, A1, G, I) Gesamt: 6,0 BE	<input type="checkbox"/> <b>Stielmuseintopf</b> mit Schweinefleischwürfeln KJ274 EW3,9 KH8,5 Fett1,2 ZU0,8 SA1,6 (Schwein, 5, A1, I) Gesamt: 3,9 BE	<input type="checkbox"/> <b>Schweizer Wurstsalat</b> mit Käsestreifen, Brot, Butter und Salatgarnitur KJ836 EW6,0 KH8,8 Fett15,3 ZU1,5 SA1,1 (Schwein, 2, 3, 4, 5, 9, A1, A2, G) Gesamt: 2,8 BE	<input type="checkbox"/> <b>Milchreis</b> mit Mandarinen KJ445 EW2,2 KH21,3 Fett1,4 ZU12,2 SA0,1 (Vegetarisch, 9, G) Gesamt: 8,9 BE	<input type="checkbox"/> <b>Brathering</b> mit Speckkartoffelsalat, Zwiebeln und Garnitur KJ661EW8,2 KH11,5 Fett8,7 ZU2,2 SA2,3 (Schwein, Fisch, 2, 3, 4, A1, D) Gesamt: 4,0 BE	<input type="checkbox"/> <b>Alaska-Seelachshappen</b> mit Kartoffelwürfeln und Dipp (Fisch, A, D, G, J) Gesamt: 4,8 BE
Samstag 29. Okt	<input type="checkbox"/> <b>Eintopf mit grünen Bohnen</b> mit zartem Schweinefleisch KJ285 EW4,1 KH8,7 Fett1,3 ZU1,8 SA1,7 (Schwein, A1, I) Gesamt: 4,0 BE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <b>Pikantes Geflügelgulasch</b> mit Blumenkohl und Salzkartoffeln KJ278 EW5,2 KH8,8 Fett0,9 ZU0,9 SA1,5 (Geflügel, 9, A1, F, G, I) Gesamt: 4,0 BE	<input type="checkbox"/> <b>Italienischer Gemüseeintopf</b> vegetarisch KJ255 EW1,5 KH11,0 Fett0,9 ZU2,6 SA1,4 (Vegetarisch, 5, A1, I) Gesamt: 4,6 BE	<input type="checkbox"/> <b>Rinder-geschnetzeltes</b> "Jäger Art" mit Bohnengemüse und Salzkartoffeln KJ334 EW6,9 KH8,4 Fett1,7 ZU1,4 SA2,1 (Rind, 5, 9, A1, I) Gesamt: 3,7 BE	<b>Für die Lieferung am Wochenende und an Feiertagen zahlen Sie pro Menü lediglich 0,50 € extra!</b>			<input type="checkbox"/> <b>Quarkkeulchen</b> mit Vanillesoße KJ630 EW3,8 KH26,3 Fett3,4 ZU17,0 SA0,3 (Vegetarisch, 5, 9, A1, G) Gesamt: 8,8 BE	<input type="checkbox"/> <b>Fleischsalat</b> "Rheinische Art" vom Schwein mit Garnitur und Brot KJ1072 EW5,3 KH8,2 Fett22,6 ZU0,9 SA1,2 (Schwein, 2, 3, 4, 5, 9, A1, A2, C, I) Gesamt: 2,9 BE	<input type="checkbox"/> <b>Minifrikadellen</b> mit Weißkohl und Stampfkartoffeln (Schwein, A1, C, G, I, J) Gesamt: 3,8 BE
Sonntag 30. Okt	<input type="checkbox"/> <b>Hähnchenragout</b> mit Champignons und Spargel, dazu Gemüseeis KJ427 EW6,5 KH14,2 Fett2,1 ZU1,5 SA1,4 (Geflügel, 2, 9, A1, F, G, I) Gesamt: 5,3 BE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <b>Schweinebraten</b> in Kümmel-Senf-Soße mit Möhren und Salzkartoffeln KJ289 EW5,7 KH8,8 Fett1,1 ZU2,1 SA1,8 (Schwein, A1, I, J) Gesamt: 3,9 BE	<input type="checkbox"/> <b>Linsen-Bolognese</b> mit Nudeln KJ431 EW4,3 KH19,3 Fett0,5 ZU1,9 SA1,1 (Vegetarisch, A1, I) Gesamt: 7,6 BE	<input type="checkbox"/> <b>Geflügelroulade</b> in feiner Soße mit Rotkohl und Spätzle KJ445 EW6,0 KH12,7 Fett3,4 ZU 1,9 SA1,0 (Geflügel, 5, 9, A1, C, F, G, I, J) Gesamt: 5,7 BE				<input type="checkbox"/> <b>Feiner Milchreis</b> mit Zimtzucker und Apfelkompott KJ441 EW1,7 KH21,8 Fett1,2 ZU13,4 SA0,1 (Vegetarisch, 9, G) Gesamt: 9,2 BE	<input type="checkbox"/> <b>Kasseler Braten</b> mit Remouladensoße, Nudelsalat und Salatgarnitur KJ1003 EW6,8 KH14,8 Fett14,3 ZU0,6 SA1,7 (Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, J) Gesamt: 4,8 BE	<input type="checkbox"/> <b>Hähnchenfilets</b> in Pilzsoße, mit Schwarzwurzelgemüse und Petersilienkartoffeln (Geflügel, A, G, I) Gesamt: 2,7 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 / 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.