

Name: _____
 Adresse: _____

Ihre Menüauswahl für die 5. Woche vom 28. Januar bis zum 3. Februar

Planabgabe bis zum

22. Januar 2019

Service-Telefon:
Caritasverband, Frau Morell:

0611-58079960

Fax: 0611-58079965



Caritasverband
Wiesbaden-Rheingau-Taunus e.V.

	Tagesmenü € 7,70 rot	Tagesmenü kleine Portion € 6,90 doppeltrot	D-Menü € 7,80 blau	Leckere Vielfalt € 7,80 grün	Spezialmenü € 8,00 orange	Vegetarische Speise € 7,70 pink	Gut & Günstig € 6,55 braun	Salat & Co (kalt) € 7,40 silber	Süßspeise € 6,90 weiß	Abendbrot (wird mittags geliefert) € 5,20	Klassik Menü (Einwegverpackung) € 7,50 gelb
Montag 28. Jan	<input type="checkbox"/> Mini-Hacksteaks vom Schwein in Bratensoße mit Bohnen und Salzkartoffeln KJ414 EW5,5 KH8,6 Fett4,7 BE0,7 Gesamt: 3,9 BE (Schwein, 5, A1, C, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Geflügelleber in Zwiebel-Apfel-Soße mit Kartoffelpüree und Möhren KJ274 EW4,0 KH6,5 Fett2,5 BE0,5 Gesamt: 3,1 BE (Geflügel, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Gefüllte Paprikaschote mit Hackfleisch vom Schwein und Tomatensoße dazu Reis KJ400 EW2,8 KH14,3 Fett2,8 BE1,2 Gesamt: 6,7 BE (Schwein, A1, C, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Schweinerückenbraten mit Kaisergemüse und Kartoffeln KJ245 EW6,0 KH6,5 Fett0,9 BE0,5 Gesamt: 2,9 BE (Schwein, 5, A1, I)	<input type="checkbox"/> Maultaschen "vegetarisch" in Tomatensoße mit geriebenem Käse und Möhren-Rohkostsalat KJ225 EW1,6 KH14,2 Fett1,2 BE0,7 Gesamt: 3,8 BE (Vegetarisch, A1, C, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> Spaghetti "Bolognese" vom Rind dazu Gurkensalat KJ475 EW4,8 KH7,2 Fett3,6 BE1,3 Gesamt: 6,9 BE (Geflügel, Rind, 2, 3, 5, A1, C, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> Paniertes Schnitzel vom Schwein, mit Kartoffelsalat und Senf KJ670 EW7,3 KH11,9 Fett10,1 BE1,0 Gesamt: 4,1 BE (Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Milchreis mit heißen Kirschen KJ418 EW1,7 KH20,5 Fett1,0 BE1,7 Gesamt: 8,6 BE (Vegetarisch, 5, 9, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Rindfleischsalat mit Brot und Butter KJ533 EW6,9 KH11,6 Fett5,9 BE1,0 Gesamt: 3,6 BE (Rind, 3, A1, A2) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Geschnetzeltes vom Rind, in feiner Soße mit Gemüsenudeln Gesamt: 3,9 BE (Rind, A, I, J) Kein Dessert
Dienstag 29. Jan	<input type="checkbox"/> Heiße Fleischwurst vom Schwein mit Sauerkraut und Püree KJ442 EW3,3 KH7,0 Fett7,0 BE0,6 Gesamt: 3,2 BE (Schwein, 2, 4, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Schweinegulasch in Kräuterrahmsoße, dazu buntes Gemüse und Kartoffeln KJ260 EW6,4 KH6,7 Fett2,1 BE0,6 Gesamt: 2,9 BE (Schwein, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Gebratene Fleischbällchen vom Rind in Chili-Soße mit Reis und Wachsbohnenalat KJ511 EW4,2 KH16,3 Fett4,5 BE1,2 Gesamt: 6,5 BE (Rind, 3, A1, I)	<input type="checkbox"/> Klassischer Sauerbraten vom Rind mit Rosinensoße, Kartoffeln und Rotkohl KJ347 EW7,0 KH11,6 Fett1,4 BE0,9 Gesamt: 4,8 BE (Rind, 5, A1) Dessert	<input type="checkbox"/> Tofu Gemüsepfanne mit Kräutersoße und Karottenpüree KJ300 EW2,7 KH8,8 Fett2,8 BE0,7 Gesamt: 3,5 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, F, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Pichelsteiner Eintopf mit frischem Gemüse und Rindfleischbeilage KJ219 EW3,4 KH6,0 Fett1,7 BE0,5 Gesamt: 2,7 BE (Rind, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Thunfischsalat mit frischen Salaten, dazu French-Dressing KJ379 EW6,2 KH5,3 Fett2,2 BE0,4 Gesamt: 1,5 BE (Fisch, 2, 3, 5, A1, C, D, G, I, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Eierpfannkuchen gefüllt mit Heidelbeeren, dazu Vanillesoße KJ609 EW4,8 KH23,7 Fett4,6 BE2,0 Gesamt: 8,9 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Gyrosbraten vom Schwein mit Zaziki und Krautsalat KJ846 EW8,3 KH5,3 Fett17,0 BE0,4 Gesamt: 1,7 BE (Schwein, 2, 3, 4, 5, 9, A1, C, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> "Himmel und Erde" Kartoffeln, Apfelspalten, Bratwurst, Frikadelle (Rind) und Mettbällchen (Schwein) Gesamt: 3,6 BE (Rind, Schwein, 2, A, C, G, I) Kein Dessert
Mittwoch 30. Jan	<input type="checkbox"/> Gemüseintopf mit Hühnerfleisch KJ256 EW4,2 KH6,3 Fett2,1 BE0,5 Gesamt: 2,9 BE (Geflügel, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Bratwurst vom Schwein in Soße mit Sommergemüse und Kartoffeln KJ431 EW3,4 KH8,2 Fett7,3 BE0,7 Gesamt: 3,8 BE (Schwein, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Gebratene Fischstäbchen mit Tomatensoße und Kartoffelpüree KJ423 EW4,2 KH11,9 Fett3,9 BE1,0 Gesamt: 5,1 BE (Fisch, 5, 9, A1, D, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> "Piccata Napoli" zartes Geflügelschnitzel mit Tomatenspaghetti KJ473 EW6,6 KH17,8 Fett2,1 BE1,5 Gesamt: 7,0 BE (Geflügel, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Gebratenes Gemüse in gelber Currysoße mit Reis KJ321 EW2,2 KH14,7 Fett0,6 BE1,2 Gesamt: 5,9 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, F, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Mexikanischer Bohneneintopf mit Rauchfleisch KJ682 EW7,0 KH16,1 Fett7,6 BE1,3 Gesamt: 7,4 BE (Schwein, 2, 4, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Caesar-Salat Blattsalate mit Mais, Hähnchen, Croutons und Joghurt dressing KJ196 EW2,0 KH6,5 Fett1,3 BE0,5 Gesamt: 1,7 BE (Geflügel, 2, 9, A1, F, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Griesflammeri "Baden Baden" mit Fruchtsoße KJ426 EW3,0 KH17,8 Fett2,0 BE1,5 Gesamt: 7,5 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Eiersalat mit Obstgarnitur und Weißbrot KJ729 EW7,9 KH7,0 Fett13,6 BE0,6 Gesamt: 2,0 BE (Vegetarisch, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Apfelmilchreis mit Zimt und Zucker Gesamt: 7,1 BE (Vegetarisch, G) Kein Dessert
Donnerstag 31. Jan	<input type="checkbox"/> Schaschlikpfanne vom Geflügel mit Paprika und Zwiebeln, dazu Reis KJ399 EW3,4 KH17,0 Fett1,4 BE1,4 Gesamt: 6,4 BE (Geflügel, 3, A1, F, I) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Fischfilet (natur) auf Kräuterbuttersoße, dazu Brokkoligemüse und Salzkartoffeln KJ259 EW5,7 KH7,2 Fett1,8 BE0,6 Gesamt: 3,2 BE (Fisch, 9, A1, D, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Spirellis mit Tomaten-Schinkensoße dazu Rohkostsalat KJ398 EW4,4 KH16,9 Fett0,9 BE1,4 Gesamt: 7,5 BE (Schwein, 2, 4, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Filettöpfchen Hähnchen und Schweinefilet in Pilzrahmsoße, dazu Gemüse und Kartoffeln KJ292 EW6,9 KH6,5 Fett1,7 BE0,5 Gesamt: 3,0 BE (Schwein, Geflügel, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Drillinge mit Schale dazu Schnittlauchquark KJ299 EW6,3 KH10,6 Fett0,3 BE0,9 Gesamt: 4,9 BE (Vegetarisch, 9, G) Dessert	<input type="checkbox"/> Erbseintopf mit Bockwurst vom Schwein KJ307 EW3,0 KH5,0 Fett4,4 BE0,4 Gesamt: 2,4 BE (Schwein, 2, 5, 9, A1, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> Frikadelle vom Schwein, mit Nudelsalat und Senf KJ916 EW8,7 KH15,7 Fett14,0 BE1,3 Gesamt: 5,1 BE (Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, I, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Germknödel mit Vanillesoße KJ645 EW4,7 KH28,7 Fett2,2 BE2,4 Gesamt: 9,9 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Sandwichteller leckere Sandwiches mit verschiedenen Sorten Belag und Garnitur KJ1014 EW8,3 KH16,6 Fett16,4 BE1,4 Gesamt: 4,1 BE (Schwein, 2, 5, 9, A1, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Pichelsteiner Eintopf mit Rindfleisch Gesamt: 2,6 BE (Rind, I, J) Kein Dessert
Freitag 01. Feb	<input type="checkbox"/> Wiener Würstchen vom Schwein mit Sauerkraut und Petersilienkartoffeln KJ386 EW3,4 KH8,8 Fett4,5 BE0,7 Gesamt: 4,1 BE (Schwein, 2, 5, 9, A1, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Gekochte Eier in Senfsoße mit Kräuterpüree und Sellerie- Möhrensalat KJ330 EW3,5 KH8,0 Fett3,8 BE0,7 Gesamt: 3,6 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> Hähnchenfleisch süß-sauer, mit Chinagemüse und Reis KJ422 EW5,3 KH15,9 Fett1,4 BE1,3 Gesamt: 6,1 BE (Geflügel, 3, A1, F, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Hoki Fischfilet in Kräutersoße, dazu Erbsen und Kartoffeln KJ331 EW6,9 KH9,7 Fett1,4 BE0,8 Gesamt: 4,4 BE (Fisch, 5, 9, A1, D, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Blumenkohl-Brokkoli-Auflauf mit Käse überbackenen Kartoffeln KJ431 EW3,4 KH7,1 Fett2,8 BE0,6 Gesamt: 3,2 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Grünkohleintopf mit gewürfeltem Kasseler KJ262 EW4,0 KH5,6 Fett2,7 BE0,5 Gesamt: 2,6 BE (Schwein, 2, 5, A1, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> Elsässer Salat mit Essig-Öl, Eisbergsalat, Radicchio, Chinakohl, Tomaten, Zwiebeln und Käse KJ307 EW2,8 KH5,6 Fett4,6 BE0,5 Gesamt: 1,7 BE (Vegetarisch, 5, 9, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Sahnegrießbrei mit Waldfrüchten KJ426 EW3,0 KH17,8 Fett2,0 BE1,5 Gesamt: 7,5 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Fischplatte nach Angebot, mit Brot und Butter KJ1048 EW8,4 KH13,1 Fett19,5 BE1,1 Gesamt: 3,3 BE (Fisch, 3, 9, A1, A2, D, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Alaska-Seelachshappen mit Kartoffelwürfeln und Dipp Gesamt: 4,8 BE (Fisch, A, D, G, J) Kein Dessert
Samstag 02. Feb	<input type="checkbox"/> Kasselernacken in Apfelsoße mit Rotkohl und Kartoffeln KJ257 EW4,8 KH8,6 Fett1,5 BE0,6 Gesamt: 3,4 (Schwein, 2, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Möhreneintopf mit Rinderfrikadelle KJ324 EW4,4 KH6,4 Fett3,8 BE0,5 Gesamt: 3,2 BE (Rind, 5, A1, C, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Vollkornnudeln mit Gemüseratatuille KJ419 EW3,5 KH18,3 Fett1,2 BE1,5 Gesamt: 7,0 BE (Vegetarisch, 3, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Gebratene Hähnchenbrust in feiner Soße, mit Paprikakartoffeln und Blattspinat KJ260 EW5,0 KH6,5 Fett1,8 BE0,5 Gesamt: 3,1 BE (Geflügel, 5, 9, A1, F, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Tiefkühlmenü Samstag 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"/>	<input type="checkbox"/> Milchreis mit roter Grütze KJ368 EW1,6 KH18,1 Fett1,0 BE1,5 Gesamt: 7,6 BE (Vegetarisch, 5, 9, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Gebratene Fleischbällchen vom Schwein, in Cocktailsoße mit Nudelsalat und Garnitur KJ911 EW8,3 KH15,8 Fett13,9 BE1,3 Gesamt: 6,6 BE (Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, I, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Feine Bratwurst in Soße mit Rahmspinat und Salzkartoffeln Gesamt: 2,7 BE (Schwein, C, G, I) Kein Dessert
Sonntag 03. Feb	<input type="checkbox"/> Gefüllte Hackfleischrolle vom Schwein in Rahmsoße mit Rübengemüse und Nudeln KJ529 EW4,5 KH13,2 Fett6,1 BE1,1 Gesamt: 5,8 BE (Schwein, 3, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Schweinebraten in milder Kümmel- Senfsoße mit Schwarzwurzelgemüse und Salzkartoffeln KJ256 EW5,9 KH7,2 Fett1,1 BE0,6 Gesamt: 3,2 BE (Schwein, A1, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> Kaiserschmarrn mit Vanillesoße KJ825 EW4,3 KH27,6 Fett7,4 BE2,3 Gesamt: 11,6 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G) Dessert	<input type="checkbox"/> Lammragout in Provencalsoße, dazu grüne Bohnen und Kartoffeln KJ352 EW5,1 KH6,8 Fett4,1 BE0,6 Gesamt: 2,9 BE (Lamm, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Tiefkühlmenü Sonntag 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"/>	<input type="checkbox"/> Heißer Apfelstrudel mit Vanillesoße KJ811 EW3,0 KH14,8 Fett18,2 BE1,2 Gesamt: 6,8 BE (Vegetarisch, 2, 4, 5, 9, A1, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Käseplatte "Winzer Art" mit Weintrauben, dazu Mischbrot, Butter und Garnitur KJ 1047 EW11,2 KH36,0 Fett7,1 BE3,0 Gesamt: 6,7 BE (Vegetarisch, 4, 5, 9, A1, A2, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Hähnchenfilets 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 / 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 100 g.
 KJ=Kilojoule; EW=Protein; KH=Kohlenhydrate; BE=Proteinheiten; Bei Fisch können Gräten enthalten sein. Änderungen und Druckfehler unter Vorbehalt.