

Name: _____ Tour: _____
 Adresse: _____

Ihre Menüauswahl für die 5. Woche
 vom 30. Januar bis zum 5. Februar

PLANABGABE BIS: 24. Januar 2023

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



	Tagesmenü € 8,70 rot mit Dessert	Tagesmenü kleine Portion Doppelrot € 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 € 5,75 IN VERBINDUNG MIT MITTAGESSEN kein Dessert	Klassik Menü € 8,60 (Einwegverpackung) gelb kein Dessert
Montag 30. Jan	<input type="checkbox"/> Königsberger Klopse in Kapernsoße mit Butterkartoffeln und Rote-Bete-Salat KJ477 EW4,9 KH13,4 Fett4,3 ZU2,6 SA2,0 (Schwein, 3, 5, 9, A1, C, G, I, J) Gesamt: 6,1 BE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Rinderfrikadelle in Kräutersoße mit Gemüse und Kartoffelpüree KJ477 EW5,1 KH10,8 Fett3,7 ZU1,4 SA5,1 (Rind, 5, 9, A1, C, G, I) Gesamt: 5,3 BE	<input type="checkbox"/> Nudeln mit Hähnchenbrust mit Käse überbacken, in Sahnesoße mit Brokkoli KJ721 EW9,8 KH23,1 Fett4,1 ZU2,2 SA0,4 (Geflügel, 5, 9, A1, F, G, I) Gesamt: 9,2 BE	<input type="checkbox"/> Schweineschnitzel in Champignon-Rahm-Soße mit Paprikakartoffeln und Leipziger Allerlei KJ413 EW5,4 KH11,0 Fett3,5 ZU2,6 SA2,0 (Schwein, 5, 9, A1, G, I) Gesamt: 5,2 BE	<input type="checkbox"/> Italienische Gemüsepastas mit Vollkornnudeln KJ384 EW2,9 KH16,8 Fett1,0 ZU3,2 SA1,6 (Vegetarisch, 3, 5, A1, I) Gesamt: 7,6 BE	<input type="checkbox"/> Bohneneintopf mit Bockwürstchen vom Schwein KJ402 EW2,8 KH8,4 Fett5,5 ZU1,7 SA1,5 (Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, G, I, J) Gesamt: 4,1 BE	<input type="checkbox"/> Wiener Würstchen vom Schwein mit Kartoffelsalat und Senf KJ811 EW3,5 KH11,8 Fett14,5 ZU2,7 SA3,0 (Schwein, 2, 3, 5, 9, C, G, J) Gesamt: 3,6 BE	<input type="checkbox"/> Milchreis mit Erdbeer-Rhabarberkompott KJ453 EW2,5 KH20,9 Fett1,5 ZU13,2 SA0,1 (Vegetarisch, 5, 9, G) Gesamt: 8,8 BE	<input type="checkbox"/> Kalter Schweinebraten mit Kartoffelsalat KJ599 EW5,9 KH12,0 Fett7,7 ZU2,5 SA2,5 (Schwein, 2, 3, 5, 9, C, G, J) Gesamt: 3,6 BE	<input type="checkbox"/> Schweineschnitzel in Rahmsoße, dazu Erbsen, Möhren und Spätzle (Schwein, A1, C, G) Gesamt: 4,7 BE
Dienstag 31. Jan	<input type="checkbox"/> Hackbraten vom Schwein mit Soße, Rotkohl und Kartoffeln KJ381 EW4,1 KH10,0 Fett3,7 ZU1,8 SA1,7 (Schwein, 5, A1, C, I, J) Gesamt: 4,7 BE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Hähnchenkeule in pikanter Soße, mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln KJ458 EW5,9 KH9,7 Fett5,9 ZU0,6 SA1,4 (Geflügel, 5, 9, A1, G, I) Gesamt: 4,3 BE	<input type="checkbox"/> Wurstgulasch "Zigeuner Art" mit Gabelspaghetti KJ516 EW3,8 KH19,3 Fett3,2 ZU2,9 SA0,8 (Schwein, 2, 3, 4, A1, I) Gesamt: 7,6 BE	<input type="checkbox"/> Schweineroulade mit klassischer Füllung, Blumenkohl und Kartoffeln KJ309 EW3,6 KH11,1 Fett1,3 ZU2,1 SA3,2 (Schwein, 3, 4, A1, I, J) Gesamt: 5,5 BE	<input type="checkbox"/> Gebratenes Gemüse süßsauer mit Reis KJ397 EW2,4 KH20,2 Fett0,4 ZU5,0 SA1,4 (Vegetarisch, 3, A1, F, I) Gesamt: 7,8 BE	<input type="checkbox"/> Linseneintopf mit Geflügelbockwurst KJ469 EW3,7 KH9,8 Fett6,8 ZU1,3 SA1,7 (Geflügel, 2, 4, 5, A1, I) Gesamt: 4,7 BE	<input type="checkbox"/> Griechischer Bauernsalat mit Tomate, Gurke, Zwiebeln, Hirten-Käse und Balsamico KJ391 EW4,4 KH3,1 Fett6,9 ZU1,5 SA0,5 (Vegetarisch, 2, 3, 5, 9, C, G, J) Gesamt: 0,8 BE	<input type="checkbox"/> Feiner Grießbrei mit roter Grütze KJ547 EW3,2 KH24,2 Fett2,0 ZU18,8 SA0,1 (Vegetarisch, 5, 9, A1, G) Gesamt: 10,1 BE	<input type="checkbox"/> Schnittchenteller Fertig belegte Schnittchen mit Wurst und Käse und Garnitur KJ1031 EW8,1 KH28,2 Fett11,4 ZU1,4 SA1,4 (Geflügel, Schwein, 2, 4, 5, 9, A1, A2, G) Gesamt: 6,1 BE	<input type="checkbox"/> Gebratene Fischfrikadelle mit Rahmspinat und Frühlingspüree (Fisch, A1, D, G) Gesamt: 4,1 BE
Mittwoch 01. Feb	<input type="checkbox"/> Hamburger Heringstipp in Sahne mit Apfel- und Gurkenwürfeln, dazu Petersilienkartoffeln KJ481 EW3,9 KH12,8 Fett5,2 ZU2,8 SA2,6 (Fisch, 2, 3, 5, 9, C, D, G, J) Gesamt: 5,5 BE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Geflügel Bratwurst in Thymiansoße mit buntem Gemüse und Petersilienkartoffeln KJ511 EW3,1 KH9,2 Fett8,6 ZU1,3 SA1,8 (Schwein, 5, 9, A1, G, I) Gesamt: 4,2 BE	<input type="checkbox"/> Schweineleber-ragout in Apfel-Soße mit Kartoffelpüree und Karotten KJ277 EW3,8 KH8,6 Fett1,7 ZU2,8 SA0,7 (Schwein, 2, 5, 9, A1, G, I) Gesamt: 4,0 BE	<input type="checkbox"/> Kasslerücken vom Schwein mit Ananaskraut und Kartoffelpüree KJ397 EW5,9 KH10,4 Fett3,0 ZU2,2 SA1,6 (Schwein, 5, 9, A1, G) Gesamt: 4,5 BE	<input type="checkbox"/> Gemüseragout mit Erbsenpüree KJ311 EW1,9 KH9,5 Fett3,0 ZU2,2 SA0,5 (Vegetarisch, 5, 9, A1, G, I) Gesamt: 4,1 BE	<input type="checkbox"/> Klassischer Möhreintopf mit Geflügelkräuterbällchen KJ370 EW4,5 KH9,6 Fett3,4 ZU2,9 SA1,2 (Geflügel, 5, A1, C, F, I, J) Gesamt: 4,8 BE	<input type="checkbox"/> "Bayern Mix" Eisbergsalat, Gurken, Radieschen, Kasslerstreifen und Sauerrahm-Dressing KJ394 EW4,3 KH4,4 Fett4,3 ZU3,2 SA0,5 (Vegetarisch, 2, 9, G) Gesamt: 1,5 BE	<input type="checkbox"/> Eierpfannkuchen mit Apfelkompott KJ554 EW3,2 KH23,7 Fett2,3 ZU11,1 SA0,3 (Vegetarisch, 9, A1, C, G) Gesamt: 7,6 BE	<input type="checkbox"/> Schweinesülze mit Remouladensoße, Garnitur und Brot KJ901 EW7,8 KH14,1 Fett14,2 ZU1,5 SA1,8 (Schwein, 2, 3, 9, A1, A2, C, G, I, J) Gesamt: 2,6 BE	<input type="checkbox"/> Kaiserschmarrn mit Apfel- Rosinen- Kompott (Vegetarisch, 7, A1, C, G) Gesamt: 9,2 BE
Donnerstag 02. Feb	<input type="checkbox"/> Schweinebraten in pikanter Soße mit Blumenkohlgemüse und Petersilienkartoffeln KJ264 EW5,4 KH8,0 Fett0,8 ZU1,0 SA1,5 (Schwein, 5, A1, I) Gesamt: 3,5 BE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Gedünstetes Fischfilet in Dillsoße mit Brokkoli dazu Kartoffeln KJ287 EW2,4 KH9,1 Fett1,4 ZU1,9 SA1,5 (Fisch, 5, 9, A1, D, G, I) Gesamt: 4,1 BE	<input type="checkbox"/> Hähnchen- Döner-Teller mit Reis und Krautsalat KJ567 EW4,3 KH17,0 Fett5,4 ZU3,6 SA1,5 (Geflügel, 2, 3, 5, A1, C, J) Gesamt: 6,8 BE	<input type="checkbox"/> Sauerbraten- gulasch mit Kartoffeln und Rotkohl KJ357 EW9,5 KH13,0 Fett2,3 ZU3,9 SA1,6 (Rind, 5, A1) Gesamt: 5,2 BE	<input type="checkbox"/> "Adas Polo" Reis- Linsenpanne mit Rührei KJ586 EW6,0 KH16,8 Fett5,0 ZU1,6 SA1,1 (Vegetarisch, 9, C, G) Gesamt: 7,0 BE	<input type="checkbox"/> Hähncheneintopf mit Kürbis KJ313 EW3,7 KH11,2 Fett1,9 ZU1,6 SA1,3 (Geflügel, A1, I) Gesamt: 5,2 BE	<input type="checkbox"/> Frische Salate der Saison mit Hähnchenbrust, dazu Cocktaildressing KJ450 EW7,4 KH10,6 Fett3,8 ZU2,6 SA0,8 (Geflügel, 2, 3, 5, 9, A1, C, F, G, J) Gesamt: 2,9 BE	<input type="checkbox"/> Quarkstrudel mit Vanillesoße KJ883 EW3,9 KH23,9 Fett11,1 ZU10,9 SA0,4 (Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G) Gesamt: 11,0 BE	<input type="checkbox"/> Gebratene Hähnchenkeule mit Nudelsalat KJ942 EW8,0 KH10,5 Fett13,5 ZU2,8 SA0,8 (Geflügel, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, J) Gesamt: 4,4 BE	<input type="checkbox"/> Spargelgemüse-ragout mit Soße und Salzkartoffeln (Vegetarisch, A1, G, I) Gesamt: 3,8 BE
Freitag 03. Feb	<input type="checkbox"/> Westfälische Dicke Bohnen mit Kassler vom Schwein und Salzkartoffeln KJ363 EW6,3 KH11,1 Fett1,6 ZU1,3 SA2,2 (Schwein, 5, 9, A1, G, I) Gesamt: 4,9 BE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Pikanter Gulasch vom Schwein mit Kartoffeln KJ544 EW3,4 KH14,0 Fett0,7 ZU0,6 SA2,2 (Schwein, 9, A1, G, I) Gesamt: 3,4 BE	<input type="checkbox"/> Kartoffelröstis mit Karotten, Brokkoli, Mais und Champignons in Mascarpone-Soße KJ522 EW3,7 KH11,7 Fett5,7 ZU2,4 SA0,4 (Vegetarisch, 2, 5, 9, A1, G, I, J) Gesamt: 4,4 BE	<input type="checkbox"/> Gebackenes Seelachsfilet mit Kräutersenfsoße und Dampfkartoffeln dazu Gurkensalat KJ457 EW4,4 KH12,9 Fett4,2 ZU1,5 SA1,6 (Fisch, 2, 3, 5, 9, A1, C, D, G, I, J) Gesamt: 5,8 BE	<input type="checkbox"/> Makkaroni mit Tomaten-Basilikumsoße, dazu Möhrensalat KJ376 EW2,6 KH16,4 Fett1,2 ZU3,5 SA2,7 (Vegetarisch, A1, I) Gesamt: 7,2 BE	<input type="checkbox"/> Porree-Eintopf mit hausgemachter Frikadelle vom Schwein KJ344 EW3,7 KH7,4 Fett4,1 ZU2,2 SA1,1 (Schwein, 5, 9, A1, C, G, I, J) Gesamt: 3,6 BE	<input type="checkbox"/> 2 Frikadellen vom Schwein mit Nudelsalat KJ923 EW7,9 KH15,4 Fett14,1 ZU0,8 SA1,2 (Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, I, J) Gesamt: 5,0 BE	<input type="checkbox"/> Feiner Milchreis mit Zimtucker und Apfelkompott KJ443 EW2,4 KH17,8 Fett1,0 ZU13,4 SA0,1 (Vegetarisch, 9, G) Gesamt: 8,5 BE	<input type="checkbox"/> Brathering mit Zwiebeln, Speckkartoffelsalat und Garnitur KJ693 EW8,9 KH13,5 Fett8,4 ZU2,1 SA2,2 (Fisch, Schwein, 2, 3, 4, A1, D) Gesamt: 3,6 BE	<input type="checkbox"/> Geflügelfrikadellen in Soße mit Wirsinggemüse und Salzkartoffeln (Geflügel, A, G, I, J) Gesamt: 3,1 BE
Samstag 04. Feb	<input type="checkbox"/> Geflügelfilets in pikanter Soße mit Brokkoli und Salzkartoffeln KJ320 EW6,5 KH9,9 Fett0,8 ZU2,9 SA1,6 (Geflügel, 3, A1, I) Gesamt: 4,5 BE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Wirsing-Kohl-Eintopf mit Kartoffelstücken und Rindfleisch KJ287 EW4,3 KH9,1 Fett1,5 ZU1,9 SA1,3 (Rind, 5, A1, I) Gesamt: 4,1 BE	<input type="checkbox"/> Mais-Lauchrösti in Paprikagemüesoße, dazu Reis KJ403 EW2,5 KH20,0 Fett1,2 ZU1,9 SA1,0 (Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G, I) Gesamt: 7,8 BE	<input type="checkbox"/> Schweinebraten in Kümmelsoße mit Romanescogemüse und Klößen KJ281 EW6,0 KH8,1 Fett0,8 ZU0,8 SA2,0 (Schwein, 2, 9, A1, G, I) Gesamt: 3,2 BE	Für die Lieferung am Wochenende und an Feiertagen zahlen Sie pro Menü lediglich 0,50 € extra!		<input type="checkbox"/> Eierpfannkuchen mit gebratenem Apfel und Vanillesoße KJ522 EW3,7 KH19,9 Fett3,1 ZU7,6 SA0,2 (Vegetarisch, 2, 5, 9, A1, C, G, H1, H7) Gesamt: 6,0 BE	<input type="checkbox"/> Feiner Fleischsalat "Rheinische Art" vom Schwein mit Garnitur und Brot KJ1003 EW5,7 KH8,1 Fett20,5 ZU0,9 SA1,2 (Schwein, 2, 3, 4, 5, 9, A1, A2, C, J) Gesamt: 3,0 BE	<input type="checkbox"/> Spaghetti "Napoli" mit Tomaten-Basilikumsoße (Vegetarisch, A1, C, G) Gesamt: 6,4 BE	
Sonntag 05. Feb	<input type="checkbox"/> Buntes Hühnerfrikassee mit Erbsen, Möhren, Spargel, Champignons und Reis KJ401 EW5,0 KH17,2 Fett1,0 ZU1,1 SA1,3 (Geflügel, 2, 9, A1, G, I) Gesamt: 6,5 BE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Hackbraten vom Schwein mit Butterbohnen und Salzkartoffeln KJ362 EW4,8 KH9,1 Fett3,4 ZU1,1 SA1,8 (Schwein, A1, A3, C, F, G, I, J) Gesamt: 4,0 BE	<input type="checkbox"/> Kichererbsencurry mit Kokosmilch und Bulgur KJ445 EW3,4 KH16,5 Fett2,2 ZU1,6 SA0,4 (Vegetarisch, 9, A1, G, I) Gesamt: 7,9 BE	<input type="checkbox"/> Schweinefilet in Rahmsoße, mit Fingermöhren und Salzkartoffeln KJ265 EW5,8 KH8,8 Fett1,1 ZU1,8 SA1,9 (Schwein, 9, A1, G, I) Gesamt: 3,5 BE			<input type="checkbox"/> Beerengrütze mit Vanillesoße KJ526 EW1,2 KH26,8 Fett0,8 ZU24,5 SA0,0 (Vegetarisch, 5, 9, G) Gesamt: 11,3 BE	<input type="checkbox"/> Kassler Braten vom Schwein mit Remouladensoße, Nudelsalat & Salatgarnitur KJ964 EW6,8 KH13,9 Fett13,7 ZU0,6 SA1,5 (Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, J) Gesamt: 4,5 BE	<input type="checkbox"/> Rinderge-schnetzeltes mit Spätzle (Rind, A1, C, G, I, J) Gesamt: 4,6 BE	

Legende: (1): Geschmacksverstärker (2): Antioxidationsmittel (3): Süßstoff (4): Konservierungsstoff (5): Farbstoff (6): geschwärtzt (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 / Erdnusserezeugnisse (F): Soja / Sojaerzeugnisse (G): Milch / Milcherzeugnisse (H): Schalenfrüchte [H1=Mandel, H2=Haselnuss, H3=Walnut, H4=Cashew, H5=Pecannuss, H6=Paranuss, H7=Pistazie, H8=Macadamianuss und H9=Queenslandnuss] (I): Sellerie / Sellerierzeugnisse (J): Senf / Senferzeugnisse (K): Sesam / Sesamerzeugnisse (L): Schwefeldioxid und Sulfite (M): Lupinen / Lupinenerzeugnisse (N): Weichtiere / Weichtiererezeugnisse (O): Nitritpökelsalz. Alle Menüs sind mit jodiertem Salz zubereitet! Alle Menüs mit glutenhaltigem Getreide werden ausschließlich mit Weizen zubereitet, Ausnahmen werden gesondert. KJ=Kilojoule; EW=Protein; KH=Kohlenhydrate; BE=Broteinheiten; Bei Fisch können Gräten enthalten sein. Die Nährwertangaben beziehen sich auf 100 g. Änderungen und Druckfehler unter Vorbehalt.