

3.

	Klassiker	Kräftig & Deftig	Leicht & bekömmlich	Mini - Mahl	Vegetarisch	Kühl & Lecker	Salat Fit & Fun	
	6,50 €	6,70 €	6,75 €	6,15 €	6,55 €	5,75 €	5,65 €	
<b>Montag</b> 15.01.	<b>Großmutter's Erbsensuppe</b> mit Gemüse (*1) & Bockwurst (*1 3 5 S G), Dessert 462KJ, 110Kcal, 4F, 1,4ges.F, 12KH, 1,7Z, 7E, 2,1S	<b>Gulasch (*5 G S)</b> vom Schwein in Sauce (*G) mit Gemüsestreifen (*1), Spiralnudeln (*Aa) 513KJ, 122Kcal, 5F, 1,7ges.F, 14KH, 0,8Z, 6E, 0,6S	<b>Putenrollbraten</b> in saurer Sahnesauce (*G) mit Champignons (*1 3 L), Püree (*2 3 G), Dessert 304KJ, 73Kcal, 2F, 1,0ges.F, 8KH, 1,2Z, 5E, 2,1S	<b>pan. Seelachsfilet (*D Aa)</b> Karotten in Rahmsauce (*Aa F G), Salzkartoffeln 402KJ, 96Kcal, 2F, 0,7ges.F, 11KH, 1,6Z, 6E, 0,5S	<b>Provenziale Gemüsepfanne</b> in Sahne-Kräutersauce (*Aa G) mit Tomatenstückchen, Reis, Dessert 306KJ, 73Kcal, 1F, 0,3ges.F, 14KH, 2,0Z, 2E, 1,7S	<b>Hausgemachte Frikadelle (*S Aa)</b> auf Kartoffelsalat (*1 2 6 G J), Ketchup (*6), Dessert 597KJ, 143Kcal, 8F, 3,3ges.F, 12KH, 3,6Z, 5E, 1,1S	<b>Kein Angebot</b>	
<b>Dienstag</b> 16.01.	<b>Kräuterbraten (*5 G S) vom Schwein</b> Sauce (*Aa F J), Mischgemüse, Salzkartoffeln, Dessert 389KJ, 93Kcal, 3,4F, 1,2ges.F, 10KH, 1,8Z, 5,1E, 1,1S	<b>3 gebratene Fleischbällchen (*S Aa)</b> auf weiße Bohnengemüse (*1 L) in Tomaten-Paprika-Sauce, Reis, Dessert 661KJ, 158Kcal, 6,6F, 2,7ges.F, 16KH, 1,1Z, 8,5E, 0,8S	<b>Hähnchenbrust natur gebraten</b> Sauce (*Aa G), Broccoli-Möhrengemüse, Püree (*2 3 G), Dessert 304KJ, 73Kcal, 1,8F, 0,8ges.F, 6,5KH, 2,0Z, 7,4E, 1,5S	<b>Kartoffel-Sauerkrautsuppe</b> mit Schmand (*G) & Schweinefleisch (*S), Dessert 322KJ, 77Kcal, 4,2F, 1,7ges.F, 5,3KH, 0,8Z, 4,2E, 1,2S	<b>Vegetarisches Schnitzel (*5 Aa C G)</b> auf Gemüse (*G), bunter Reis, Dessert 419KJ, 100Kcal, 1,9F, 0,4ges.F, 17KH, 1,7Z, 3,7E, 0,3S	<b>Gyrosbraten (*G L S)</b> mit griechischem Nudelsalat (*9 Aa L) (Minzjoghurt (*G)), Dessert 638KJ, 152Kcal, 5,8F, 2,2ges.F, 16KH, 1,6Z, 8,6E, 0,9S	<b>Bunter Salat</b> mit 2 kleinen Frikadellen (*S Aa), American-Dressing (*1 2 6 G J), Brötchen (*Aa) 618KJ, 148Kcal, 8F, 3,6ges.F, 13KH, 3,4Z, 5E, 0,8S	
<b>Mittwoch</b> 17.01.	<b>Currywurst (*3 5 S G)</b> Tomaten-Currysauce (*1 2 3 6 J L), Kartoffelschiffchen, Dessert 454KJ, 108Kcal, 4F, 2,3ges.F, 10KH, 2,3Z, 4E, 0,6S	<b>Grünkohl (*1 3 Ad J S)</b> Kasseler (*1 3 5 J S), Püree (*6 Ad S), Salzkartoffeln, Dessert 407KJ, 97Kcal, 3F, 1,2ges.F, 11KH, 1,38Z, 6E, 1,0S	<b>Geschnetzeltes (*3 4 S Aa F G J I)</b> vom Schwein (*S) mit Champignons (*1 3 L), Reis, Möhrensalat, Dessert 445KJ, 106Kcal, 3F, 1,2ges.F, 1KH, 3,3Z, 4E, 0,7S	<b>Bremer Labskaus (*6 G J L)</b> mit Ei (*C), Gewürzgurkensalat (*6), Dessert 304KJ, 73Kcal, 2F, 0,9ges.F, 8KH, 2,5Z, 4E, 2,2S	<b>Barbecue-Eintopf (*1 6 L)</b> mit Tomaten, Zucchini, Mais, Kartoffeln & etwas Knoblauch (*L), Dessert 208KJ, 50Kcal, 1F, 0,1ges.F, 8KH, 3,4Z, 1E, 0,5S	<b>Thunfischsalat (*D)</b> mit Gemüse, Zwiebeln & Mayonaise (*1 2 6 G J), Baguette (*Aa), Dessert 558KJ, 133Kcal, 7F, 3,0ges.F, 9KH, 2,3Z, 9E, 0,9S	<b>Salat "Hellas"</b> Griechischer Bauernsalat (*3 9) mit Weißkäse (*G), Kräuter-Vinaigrette (*L), Brötchen (*Aa) 705KJ, 168Kcal, 12F, 3,2ges.F, 10KH, 1,8Z, 4E, 1,1S	
<b>Donnerstag</b> 18.01.	<b>Szegediner Gulasch (*G S) vom Schwein</b> Salzkartoffeln, Dessert 357KJ, 85Kcal, 4F, 1,2ges.F, 8KH, 1,5Z, 5E, 0,8S	<b>Pan. Hähnchenschnitzel (*Aa)</b> in Sauce (*Aa G), Blumenkohl-Broccoligemüse, Pasta (*Aa), Dessert 486KJ, 116Kcal, 4F, 1,2ges.F, 15KH, 1,4Z, 6E, 0,9S	<b>Hacksteak (*S Aa)</b> auf Spinat (*G), Kartoffelpüree (*2 3 G), Dessert 492KJ, 117Kcal, 7F, 2,9ges.F, 8KH, 1,3Z, 6E, 2,0S	<b>Kasselerbraten (*1 3 5 S)</b> auf Sauerkraut (*2 3 G), Kartoffelpüree (*2 3 G), Dessert 338KJ, 81Kcal, 3F, 1,1ges.F, 8KH, 2,6Z, 5E, 1,3S	<b>Apfel-Milchreis (*1 G)</b> mit Pflaumen-Kompott, Dessert 529KJ, 123Kcal, 2F, 0,7ges.F, 24KH, 11,8Z, 2E, 0,3S	<b>Quarkspeise (*G)</b> mit Obstsalat (*1), Dessert 848KJ, 116Kcal, 4F, 2,2ges.F, 14KH, 13,4Z, 6E, 0,5S	<b>"Chefsalat" gemischte Blattsalate</b> Kochhinterschinken (*1 3 5 S), Käsestreifen (*2 G), Cocktail-Dressing (*1 2 3 6 G J L), Brötchen (*Aa) 597KJ, 143Kcal, 8F, 3,9ges.F, 12KH, 3,5Z, 5E, 0,9S	
<b>Freitag</b> 19.01.	<b>Menkes Nudelaufbau (*1 2 Aa G L)</b> mit Tomaten, Zucchini & Hackfleisch (*S), Dessert 645KJ, 154Kcal, 6F, 2,5ges.F, 2KH, 1,4Z, 7E, 0,4S	<b>Hähnchenkeule "a la creme" (*G L)</b> Lauchzwiebeln, Champignons (*1 3 L), Risoleekartoffeln, Dessert 505KJ, 121Kcal, 7F, 1,8ges.F, 9KH, 1,4Z, 6E, 1,0S	<b>Schweinerückenbraten (*5 G S)</b> Sauce (*Aa ), Kohlrabimöhrengemüse, Salzkartoffeln, Dessert 304KJ, 73Kcal, 2F, 0,5ges.F, 9KH, 2,3Z, 6E, 0,9S	<b>Gebr. Fischfilet (*D)</b> Möhren-Petersiliengemüse in Rahmsauce (*G), Kartoffelpüree (*2 3 G), Dessert 385KJ, 92Kcal, 4F, 1,7ges.F, 10KH, 2,6Z, 4E, 1,7S	<b>Spaghetti (*Aa)</b> mit Tomaten-Kräutersauce (*1 L), Dessert 386KJ, 92Kcal, 2F, 0,2ges.F, 11KH, 1,1Z, 3E, 0,5S	<b>Fleischröllchen (*S C F)</b> Ketchup (*6), Farmersalat (*1 2 6 G J), Fladenbrot (*Aa G K), Dessert 702KJ, 168Kcal, 9F, 2,2ges.F, 15KH, 6,7Z, 6E, 0,7S	<b>Salat "Torfstecher"</b> frische Champignons & Sonnenblumenkerne auf frischem Salat, Buttermilch-Dressing (*G), Brötchen (*Aa) 342KJ, 82Kcal, 1F, 0,4ges.F, 13KH, 5,0Z, 4E, 0,3S	
<b>Samstag</b> 20.01.	<b>Gulasch (*5 S G L) "Ungarische Art"</b> mit Paprika-Zwiebelsauce (*L) & Spiralnudeln (*Aa), Dessert 511KJ, 122Kcal, 4F, 1,3ges.F, 16KH, 1,9Z, 6E, 0,5S	<b>Hähnchenbrust paniert (*Aa)</b> Sauce (*G), Broccoli, Stampfkartoffeln (*2 3 G), Dessert 328KJ, 78Kcal, 3F, 0,9ges.F, 7KH, 1,4Z, 7E, 0,6S	<b>Hamburger Kartoffelsuppe (*G I)</b> mit Wursteinlage (*6), Salzkartoffeln 313KJ, 75Kcal, 3F, 1,2ges.F, 10KH, 1,5Z, 2E, 0,9S	<b>Vegetarisches Schnitzel (*5 A C G)</b> in Pilzsauce (*1 3 L), Rotkohl (*6), Salzkartoffeln 394KJ, 94Kcal, 3F, 0,7ges.F, 12KH, 2,4Z, 4E, 1,3S				
<b>Sonntag</b> 21.01.	<b>Saftiger Schweinebraten (*G)</b> in Kümmelsauce (*G J), Blumenkohl, Stampfkartoffeln (*2 3 G), Dessert 318KJ, 76Kcal, 3F, 1,3ges.F, 7KH, 1,2Z, 5E, 0,7S	<b>Rinderroulade (*S J)</b> in Soße (*A F G J), Apfelrotkohl (*1 6), Kartoffelköbe, Dessert 349KJ, 83Kcal, 2F, 0,6ges.F, 11KH, 3,1Z, 5E, 1,1S	<b>Gelbes Ratatouille-gemüse</b> in Currysahne (*Aa G J), Zartweizen (*Aa), Dessert 309KJ, 74Kcal, 3F, 0,6ges.F, 11KH, 1,9Z, 2E, 0,5S	<b>Gekochtes Huhnfleisch</b> in Sauce (*Aa G) "Gärtnerin Art" & Nudeln (*Aa), Dessert 578KJ, 138Kcal, 5F, 1,6ges.F, 16KH, 1,2Z, 6E, 1,0S				

Änderungen vorbehalten.

ORIGINAL  
**ESSEN**  
AUF RÄDERN

**vom Paritätischen Osterode:**

- ein abwechslungsreiches und vielseitiges tägliches Menüangebot
- eine zuverlässige Auslieferung unserer Gerichte
- flexible Bestellmöglichkeiten
- keine Vertragsbindung
- keine Vorkasse – die Abrechnung erfolgt monatlich

**Wir bieten Ihnen auch:**

- Ambulante Pflege/Hausnotruf
- Hauswirtschaftliche Dienste
- Senioren-Netzwerk „PariAS“
- „HilDe“ Hilfen bei Demenz



Paritätischer Osterode  
Abgunst 1, 37520 Osterode



Telefon 05522 9077-10

1 = mit Konservierungsstoff, 2 = mit Farbstoff, 3 = mit Antioxidationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärker, 5 = mit Phosphat, 6 = mit Süßungsmittel (n), 7 = enth. eine Phenylalaninquelle, 8 = geschwefelt, 9 = geschwärzt, 10 = gewachst, 11 = koffeinhaltig, 12 = chininhaltig, 13 = enth. Alkohol



**Nährwertangaben**

KJ	= Kilojoule
Kcal	= Kilokalorien
g. Fetts.	= gesättigte Fettsäuren
KH	= Kohlenhydrate
Z	= Zucker
E	= Eiweiß
S	= Salz

Angaben in Gramm (g)  
Alle Angaben beziehen sich auf durchschnittlich 100g des verzehrfertigen Menüs (ohne Dessert)

**ALLERGENE**

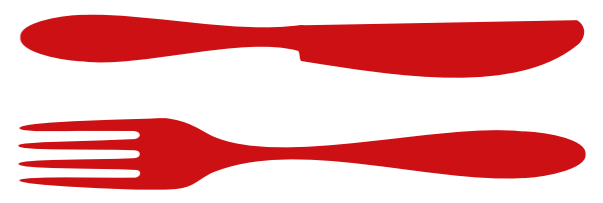
Enthält:		
Glutenhaltiges Getreide:	Schalenfrüchte:	I = Sellerie
A = Gluten	H = Schalenfrüchte	J = Senf
Aa = Weizen	Ha = Mandeln	K = Sesamsamen
Ab = Roggen	Hb = Haselnüsse	L = Schwefeldioxid und Sulphide
Ac = Gerste	Hc = Walnüsse	M = Lupinen
Ad = Hafer	Hd = Cashewnüsse	N = Weichtiere
B = Krebstiere	He = Pekannüsse	S = Schweinefleisch
C = Eier	Hf = Paranüsse	
D = Fisch	Hg = Pistazien	
E = Erdnüsse	Hh = Macadamianüsse	
F = Soja		
G = Milch (einschließlich Laktose)		

4.

	Klassiker	Kräftig & Deftig	Leicht & bekömmlich	Mini - Mahl	Vegetarisch	Kühl & Lecker	Salat Fit & Fun
	6,50 €	6,70 €	6,75 €	6,15 €	6,55 €	5,75 €	5,65 €
<b>Montag</b> 22.01.	<b>Schwarmstedter Linsensuppe</b> mit Gemüse (*I) & eingeschnittener Wurst (*1 3 5 S J), Dessert 374KJ, 89Kcal, 2F, 0,6ges.F, 13KH, 1,6Z, 5E, 0,8S	<b>Pan. Hähnchenschnitzel (*Aa)</b> Paprika-Rahmsauce (*Aa G), buntes Gemüse, Nudeln (*Aa), Dessert 481KJ, 115Kcal, 3F, 1,3ges.F, 16KH, 1,1Z, 5E, 1,2S	<b>Ged. Fischfilet (*C D I)</b> leichte Currysauce (*1 2 C G J) mit Früchten, Risi Bisi, Dessert 391KJ, 93Kcal, 1F, 0,3ges.F, 18KH, 3,7Z, 3E, 0,5S	<b>Hähnchenmedailon</b> auf Rahmgemüse (*G I), Kartoffelpüree (*2 3 G), Dessert 342KJ, 82Kcal, 3F, 2,4ges.F, 7KH, 1,1Z, 5E, 0,6S	<b>Chili sin Carne (*1 L)</b> mit Kidney Bohnen, Tomaten, Paprika & Reis, Dessert 314KJ, 75Kcal, 1F, 0,1ges.F, 14KH, 0,9Z, 3E, 0,5S	<b>Paniertes Schnitzel (*5 S Aa)</b> auf Kartoffelsalat (*1 2 6 G J), Senf (*J), Dessert 557KJ, 133Kcal, 6F, 2,5ges.F, 10KH, 4,0Z, 8E, 0,7S	Kein Angebot
<b>Dienstag</b> 23.01.	<b>Bremer Schmorkohl (*Aa F)</b> mit Hackfleisch (*S), Salzkartoffeln, Dessert 366KJ, 87Kcal, 3F, 1,5ges.F, 9KH, 1,4Z, 4E, 0,7S	<b>Herzhaftes Kesselgulasch (*5 Aa F G L S)</b> mit Paprika & Zwiebeln, Spiralnudeln (*Aa), Dessert 558KJ, 133Kcal, 5F, 1,8ges.F, 16KH, 1,3Z, 6E, 0,7S	<b>Hähnchenschnitzel paniert (*Aa)</b> Majoransauce (*Aa F G), Blumenkohl, Salzkartoffeln, Dessert 388KJ, 93Kcal, 3F, 1,0ges.F, 12KH, 1,4Z, 5E, 1,0S	<b>"Himmel &amp; Erde"</b> Kartoffel & Apfelwürfel (*1 3), fruchtig pikant mit kl. Bratwurst (*3 5 S G), Speck (*1 3 S), Dessert 474KJ, 113Kcal, 7F, 3,2ges.F, 8KH, 4,9Z, 3,3E, 1,2S	<b>Milchreis (*G)</b> mit heißen Kirschen (*2), Dessert 687KJ, 164Kcal, 6F, 1,7ges.F, 25KH, 9,5Z, 3,0E, 0,1S	<b>Gyros (*S G), Souvlaki (*S), Zaziki (*G)</b> mit frischem Knoblauch & Gurke, Weißkrautsalat, Dessert 414KJ, 99Kcal, 4F, 1,5ges.F, 6KH, 5,7Z, 9,0E, 0,6S	<b>Salat "Adria" bunter Salat</b> mit geräucherten Putenbruststreifen (*1 3 5), French-Dressing (*1 2 6 G J), Brötchen (*Aa) 496KJ, 118Kcal, 6F, 2,5ges.F, 11KH, 3,5Z, 5,0E, 0,7S
<b>Mittwoch</b> 24.01.	<b>Großmutter's Weiße Bohnensuppe (*I)</b> mit knackiger Bockwurst (*1 3 5 S G) 430KJ, 103Kcal, 4F, 1,8ges.F, 10KH, 1,3Z, 6E, 0,7S	<b>Schweineschnitzel "Jäger Art" (*5 S Aa)</b> mit Pilzsauce (*1 3 Aa G L S), Speckrosenkohl 1/3/S, Stampfkartoffeln (*2 3 G), Dessert 92Kcal, 7KH, 9E, 3F	<b>Zarte Rinderbrustscheibe (*5 G)</b> in Petersiliensauce (*G), Möhrengemüse, Salzkartoffeln, Dessert 386KJ, 92Kcal, 3F, 1,2ges.F, 11KH, 1,9Z, 6E, 0,8S	<b>Schweinegeschnetzeltes (*3 S G J)</b> in Waldpilzsauce (*1 3 Aa F G L), Makkaroni (*Aa), Dessert 574KJ, 137Kcal, 5F, 1,7ges.F, 17KH, 0,9Z, 7,0E, 0,7S	<b>Grünkohl-Wokgemüse</b> in Orangen-Ananassauce (*1 J L) Nudeln (*Aa), Dessert 502KJ, 120Kcal, 3,4F, 0,3ges.F, 1,9KH, 2,2Z, 3,4E, 1,0S	<b>Gebratene Hähnchenkeule</b> auf italienischem Nudelsalat (*1 2 3 9 Aa L), Dessert 619KJ, 148Kcal, 4F, 1,4ges.F, 17KH, 1,9Z, 11,0E, 0,6S	<b>Salat "Florida" Kochhinterschinken</b> (*1 3 5 S), Tomate, Weißkraut mit Früchten, Mais, Ananas, Kokos-Dressing (*G), Brötchen (*Aa) 373KJ, 89Kcal, 2F, 0,6ges.F, 12KH, 4,0Z, 6E, 0,4S
<b>Donnerstag</b> 25.01.	<b>Gebr. Rinderleber (*Aa) "Berliner Art"</b> mit Apfel-Zwiebelsauce (*1 Aa G I), Kartoffelpüree (*2 3 G), Dessert 246KJ, 59Kcal, 2F, 0,5ges.F, 6KH, 1,7Z, 5E, 0,6S	<b>Gebratenes Hähnchenfleisch</b> mit Chinagemüse in süß-saurer Sauce (*1 Aa), Reis, Dessert 393KJ, 93Kcal, 1F, 0,1ges.F, 15KH, 1,4Z, 6E, 0,4S	<b>Hackfleischklopse (*S Aa)</b> Broccolisauce (*G I), Gabelspaghetti (*Aa), Dessert 557KJ, 133Kcal, 6F, 2,2ges.F, 15KH, 1,2Z, 6E, 1,4S	<b>Süßer Nudelaufauf (*2 Aa G Ha)</b> mit Apfelstückchen (*1) & Rosinen, Dessert 693KJ, 166Kcal, 4F, 0,7ges.F, 26KH, 10,3Z, 5,0E, 0,3S	<b>Möhreneintopf (*I)</b> mit Kartoffeln, Sonnenblumenkerne & Petersilie, Dessert 212KJ, 51Kcal, 1F, 0,1ges.F, 8KH, 3,7Z, 1E, 0,9S	<b>Hähnchennuggets (*Aa)</b> mit Currydip (*1 2 6 G J), bunter Reissalat, Dessert 644KJ, 154Kcal, 8F, 3,2ges.F, 15KH, 3,1Z, 5,0E, 0,9S	<b>Mediterrane Salate (*9)</b> mit Rinderbällchen (*Aa), türkische Joghurtsauce (*G L), Brötchen (*Aa) 469KJ, 112Kcal, 4F, 1,9ges.F, 10KH, 2,4Z, 8E, 0,5S
<b>Freitag</b> 26.01.	<b>Mediterranes Gyros-Hacksteak (*S Aa)</b> auf Balkangemüse (*1 L), Reis, Dessert 553KJ, 132Kcal, 4F, 1,7ges.F, 18KH, 2,1Z, 5E, 0,1S	<b>Schweinebraten (*5 G S)</b> in Sauce (*Aa F), Erbsen-Möhrengemüse, Kartoffelklöße, Dessert 401KJ, 96Kcal, 2F, 1,0ges.F, 12KH, 1,9Z, 7E, 1,0S	<b>Hähnchenfiletspitzen</b> in Gemüsesauce (*G I), Reis, Dessert 456KJ, 109Kcal, 3F, 0,7ges.F, 11KH, 1,3Z, 5E, 0,7S	<b>Kleine Bratwurst (*3 5 S G)</b> auf Blattspinat (*G), Kartoffelpüree (*2 3 G), Dessert 331KJ, 79Kcal, 5F, 1,9ges.F, 5,0KH, 1,5Z, 3,0E, 0,9S	<b>Vegetarische Sauce Bolognese (*1)</b> mit geröstetem Soja (*F), Knoblauch (*L), Oregano & Pasta (*Aa), Dessert 475KJ, 113Kcal, 2F, 0,3ges.F, 18KH, 2,3Z, 5,0E, 0,5S	<b>Schwedische Matjes-happen (*1 3 D)</b> in Honig-Senfmarinade (*1 2 6 G J I) mit Dill, Kartoffelsalat mit Essig & Öl, Dessert 633KJ, 151Kcal, 11F, 3,6ges.F, 9KH, 3,8Z, 5,0E, 1,6S	<b>Salat "Hanseatic" Kräuterbraten</b> vom Schwein (*G S) mit Tomate, Gurke, Blattsalate, Apfel-Senf-Dressing (*3 J), Brötchen (*Aa) 445KJ, 106Kcal, 3F, 1,0ges.F, 14KH, 5,4Z, 6E, 0,6S
<b>Samstag</b> 27.01.	<b>Grüne Bohneneintopf (*I)</b> mit Kartoffeln 173KJ, 41Kcal, 0F, 0,0ges.F, 8KH, 1,5Z, 1E, 0,1S	<b>Vegesacker Hühnerfrikassee (*G)</b> mit feinem Spargel & Champignons (*1 3 L), Reis, Dessert 498KJ, 119Kcal, 4F, 1,5ges.F, 15KH, 0,9Z, 5E, 0,9S	<b>Gedünstetes Fischfilet (*C G I D)</b> in Dillsauce (*C G I), Erbsen-Möhrengemüse, Kartoffelpüree (*2 3 G), Dessert 348KJ, 83Kcal, 3F, 1,3ges.F, 9KH, 2,2Z, 5E, 0,8S	<b>Kleine Frikadelle (*S Aa)</b> grüne Bohnen, Sauerrahmsauce (*G), Salzkartoffeln, Dessert 432KJ, 108Kcal, 5F, 2,7ges.F, 10KH, 2,1Z, 4,0E, 0,9S			
<b>Sonntag</b> 28.01.	<b>Hähnchenbrust in Rahmsauce (*Aa F G), Broccoli, Reis</b> 414KJ, 99Kcal, 2F, 0,6ges.F, 12KH, 1,2Z, 7E, 1,0S	<b>Hackbraten (*5 Aa C S)</b> Sauce (*Aa F G), Kohlrabi (*G), Salzkartoffeln, Dessert 422KJ, 101Kcal, 5F, 1,7ges.F, 10KH, 2,3Z, 5E, 1,7S	<b>Schweinenacknbraten (*5 G S)</b> in Estragonsauce (*Aa F), Blumenkohl, Stampfkartoffeln (*2 3 G), Dessert 336KJ, 80Kcal, 3F, 1,3ges.F, 7KH, 1,7Z, 6E, 0,7S	<b>Sojastreifen (*F)</b> auf Wirsingkohlrahmgemüse (*G), Salzkartoffeln 461KJ, 110Kcal, 2F, 0,7ges.F, 12KH, 3,0Z, 11E, 0,8S			

**Menükarte I**  
15.01.2018 – 28.01.2018  
KW 3/4

5 0 J A H R E  
**ESSEN**  
AUF RÄDERN



Änderungen vorbehalten.

Osterode-MM

**Bitte ausfüllen:**

Name \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

