

# MENÜPLAN 12.10. bis 18.10.2020 | 42. Woche

	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Vegetarisch	Extra Menü	Kaltmenü	Salat	Beilagen-Salat**	Nachtisch**
<b>Montag, 12.10.2020</b>	<b>Geflügelfrikadellenbällchen</b> auf Rahmkohlrabi, dazu Kartoffelpüree <b>53,7 KH*</b> A, C, G, I, J	<b>Bratwurst<sup>(2+7)</sup></b> auf Sauerkraut <sup>(3)</sup> , dazu Bratkartoffeln <sup>(6)</sup> und Senf <b>61,1 KH*</b> I, J	<b>Hackfleisch-Käselauchsuppe</b> verfeinert mit Schmelzkäse <sup>(1+2)</sup> , dazu 1 Brötchen, Dessert <b>62,0 KH*</b> A, G, I	<b>Vegetarische Paprikaschote</b> mit Tomatensauce, dazu Reis, Dessert <b>88,6 KH*</b> A, C, F, I, J	<b>Geflügelroulade</b> mit Sauce Hollandaise und Brokkoli, dazu Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert <b>39,3 KH*</b> A, C, G, I, J	<b>Paniertes Schweineschnitzel</b> mit Kartoffelsalat <sup>(2+4)</sup> , Salatgarnitur und Senf <b>61,9 KH*</b> A, C, J	<b>Salat „Sweet Dreams“</b> Hähnchenbruststreifen, Ananaswürfel, Mandarinspalten und Walnusskerne auf frischem Salatmix, dazu italienisches Dressing und Brötchen <b>37,6 KH*</b> A, C, G, I, J, H	<b>Mixsalat</b> mit Sauerrahm-Dressing <b>7,9 KH*</b> C, G, J	<b>Bienenstich-Schnitte</b> <b>27,0 KH*</b> A, C, G, H
<b>Dienstag, 13.10.2020</b>	<b>Vanillemilchreis</b> mit Zucker und Zimt, dazu Apfelmus <b>172,1 KH*</b> G	<b>Fleischkäse<sup>(2)</sup></b> in Sauce, dazu Blumenkohl und Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> <b>43,8 KH*</b> A, G, I	<b>Hähnchenstreifen</b> in Käsecremesauce, dazu buntes Gemüserisotto <b>77,5 KH*</b> A, F, G, I	<b>Gemüse-Frikadelle</b> (Kürbis-Steckrübe) mit Sesamkartoffeln <sup>(6)</sup> und Kräuter-Dip, Dessert <b>46,3 KH*</b> A, G, K	<b>Mozzarella-Schnitzel</b> Schweineschnitzel mit Tomaten und Mozzarella überbacken, dazu Tomatenreis und Eisbergsalat mit Dressing, Dessert <b>86,9 KH*</b> A, C, F, G, J	<b>Heringsalat<sup>(5)</sup></b> mit Roter Bete, Äpfeln, Zwiebeln und Gurken, dazu Brötchen und Butter <b>51,3 KH*</b> A, C, G, I, J	<b>Salat „Sweet Dreams“</b> Hähnchenbruststreifen, Ananaswürfel, Mandarinspalten und Walnusskerne auf frischem Salatmix, dazu italienisches Dressing und Brötchen <b>37,6 KH*</b> A, C, G, I, J, H	<b>Eisbergsalat</b> mit Sauerrahm-Dressing <b>7,9 KH*</b> C, G, J	<b>Erdbeersahneschnitte</b> <b>40,6 KH*</b> A, C, G
<b>Mittwoch, 14.10.2020</b>	<b>Geschnetzeltes Schweinefleisch</b> „Art Stroganoff“ mit Gewürzgurken und Champignons, dazu Senfrahmsauce und Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> <b>47,3 KH*</b> A, F, G, I, J	<b>Hähnchenbrust</b> mit Fusilli-Nudeln und Tomatensauce <b>79,7 KH*</b> A, G, I	<b>Rindergulasch</b> mit bunten Paprikastreifen, dazu Penne Nudeln und Eisbergsalat mit Dressing <b>88,7 KH*</b> A, C, F, G, I, J	<b>Blumenkohl im Backteig</b> dazu Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> und Cocktail-Dip, Dessert <b>111,2 KH*</b> A, C, G, J	<b>Schlemmerfilet<sup>(5)</sup> „Italieno“</b> Fischfilet mit Auflage aus Tomatenwürfeln, Zwiebeln und Sauerrahm, dazu Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> und Eisbergsalat mit Dressing, Dessert <b>54,7 KH*</b> A, C, G, J	<b>Fruchtpokal „Sylt“</b> Sahnequark mit Beerencocktail und Vanillesauce <sup>(1)</sup> <b>111,1 KH*</b> G	<b>Salat „Sweet Dreams“</b> Hähnchenbruststreifen, Ananaswürfel, Mandarinspalten und Walnusskerne auf frischem Salatmix, dazu italienisches Dressing und Brötchen <b>37,6 KH*</b> A, C, G, I, J, H	<b>Eisbergsalat</b> mit Sauerrahm-Dressing <b>7,9 KH*</b> C, G, J	<b>Pfirsichkompott</b> <b>17,5 KH*</b>
<b>Donnerstag, 15.10.2020</b>	<b>Spaghetti „Carbonara“</b> Vollkornspaghetti mit feiner Käse-Sahnesauce und Schinkenwürfeln <sup>(2)</sup> <b>90,8 KH*</b> A, F, G, I	<b>Gebackenes Fischfilet<sup>(5)</sup></b> mit Sauce Hollandaise, dazu Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> und Möhrensalat <sup>(2+4)</sup> <b>84,5 KH*</b> A, C, F, G, I	<b>Frikadelle „Puszt Art“</b> mit Paprikasauce, dazu Kartoffelpüree <b>60,2 KH*</b> A, C, G, I	<b>Vegetarischer Möhreintopf</b> mit frischer Petersilie und Kartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu 1 Brötchen, Dessert <b>71,8 KH*</b> A, F, I	<b>Schweinefilet</b> mit Champignonrahmsauce, dazu Röstitaler und gemischter Salat mit Dressing, Dessert <b>50,0 KH*</b> A, C, F, G, I, J	<b>Wurstsalat<sup>(2)</sup> „Schweizer Art“</b> mit Emmentaler <sup>(1,2)</sup> , Gewürzgurken <sup>(2)</sup> und Zwiebeln, dazu Brötchen und Butter <b>35,9 KH*</b> A, G, J	<b>Salat „Sweet Dreams“</b> Hähnchenbruststreifen, Ananaswürfel, Mandarinspalten und Walnusskerne auf frischem Salatmix, dazu italienisches Dressing und Brötchen <b>37,6 KH*</b> A, C, G, I, J, H	<b>Möhrensalat<sup>(2+4)</sup></b> <b>17,5 KH*</b>	<b>Sahnequark</b> <b>26,8 KH*</b> G
<b>Freitag, 16.10.2020</b>	<b>Paniertes Jägerschnitzel</b> mit Sauce, dazu Kartoffeln <sup>(6)</sup> und Krautsalat in saurer Sahne <sup>(2+4)</sup> <b>67,1 KH*</b> A, G, I	<b>Große Mettwurst<sup>(2)</sup></b> auf deftigem Grünkohl <sup>(3)</sup> , dazu Kartoffelpüree und Senf <b>50,2 KH*</b> A, G, I, J	<b>Fischfilet<sup>(5)</sup></b> auf Blattspinat, dazu Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> <b>46,8 KH*</b> A, G, I	<b>Nudelplatte „Verona“</b> mit Käsetortellini in Gorgonzolasauce und Penne Nudeln in Tomatensauce, Dessert <b>161,7 KH*</b> A, C, F, G, I	<b>Sauerbraten vom Rind</b> mit Sauce, dazu Apfelrotkohl <sup>(4)</sup> und Kartoffelklöße, Dessert <b>68,3 KH*</b> A, F, I, L	<b>Krabbencocktail<sup>(2)</sup></b> mit Champignons und Spargel, dazu Brötchen und Butter <b>20,1 KH*</b> A, B, C, G, J	<b>Salat „Sweet Dreams“</b> Hähnchenbruststreifen, Ananaswürfel, Mandarinspalten und Walnusskerne auf frischem Salatmix, dazu italienisches Dressing und Brötchen <b>37,6 KH*</b> A, C, G, I, J, H	<b>Krautsalat</b> in saurer Sahne <sup>(2+4)</sup> <b>13,6 KH*</b> G	<b>Kirsch-Sandkuchen</b> <b>34,2 KH*</b> A, C, G, H

*Wir wünschen guten Appetit!*



**Samstag, 17.10.2020**

**Deftiger Erbseneintopf**  
mit 2 Wiener Würstchen<sup>(2+6)</sup>,  
Speck<sup>(3)</sup> und Zwiebeln,  
dazu 1 Brötchen,  
Dessert  
**88,6 KH\*** A, F, G, I, J

**Mettbällchen**  
auf Karottengemüse,  
dazu Salzkartoffeln<sup>(6)</sup>,  
Dessert  
**67,3 KH\*** A, C, G, I, J

**Gemüsemaultaschen**  
mit Kräuterrahmsauce,  
dazu gemischter Salat  
mit Dressing,  
Dessert  
**69,1 KH\*** A, C, G, I, J

**Thüringer Rostbrätel**  
Nackensteak  
mit Schwenkzwiebeln, dazu  
warmer Kartoffelsalat<sup>(2+6)</sup>,  
Dessert  
**49,0 KH\*** F, I, J

**Sonntag, 18.10.2020**

**Kasslerlachs<sup>(3)</sup>**  
mit Bratensauce,  
dazu Schwarzwurzelgemüse  
und Petersilienkartoffeln<sup>(6)</sup>,  
Dessert  
**54,4 KH\*** A, F, G, I

**Schweinebraten**  
mit Bratensauce,  
dazu Schwarzwurzelgemüse  
und Petersilienkartoffeln<sup>(6)</sup>,  
Dessert  
**54,7 KH\*** A, G, I

**Gefüllte Zucchini**  
mit Gemüsefüllung  
und Mozzarella überbacken,  
dazu Tomatensauce  
und Butterreis,  
Dessert  
**83,7 KH\*** A, F, G, I

**Hausgemachte Rinderroulade**  
mit deftiger Sauce,  
dazu Rosenkohl  
und Salzkartoffeln<sup>(6)</sup>,  
Dessert  
**64,0 KH\*** A, I, J

Die Menüs werden am Tag der Auslieferung frisch gekocht und sind zum **sofortigen Verzehr** bestimmt. Die TK-Auslieferung erfolgt **ohne** Salatbeilage.

**Änderungen vorbehalten!**  
Nährwertangaben entnehmen Sie bitte unserer Internetseite: [www.frisch-menü.de](http://www.frisch-menü.de)  
EU-Zulassungs-Nr. HE 30376

\* Kohlenhydrat-Berechnung (KH) bezieht sich auf das Menü ohne Dessert in Gramm (g).  
\*\* Nur in Verbindung mit einer Menübestellung.

**Allergene:** A = Gluten; B = Krebstiere; C = Eier; D = Fisch; E = Erdnüsse; F = Soja; G = Laktose; H = Schalenfrüchte; I = Sellerie; J = Senf; K = Sesamsamen; L = Schwefeldioxid; M = Lupinen; N = Weichtiere  
**Zusatzstoffe:** 1 = mit Farbstoff; 2 = mit Konservierungsstoff; 3 = mit Nitritpökelsalz; 4 = mit Süßungsmittel; 5 = kann Gräten enthalten; 6 = mit Antioxidationsmittel; 7 = mit Phosphat; 8 = gewachst

**Tel. 0551 / 9000 813**  
**Fax 0551 / 9000 833**  
ear@pari-goe.de · [www.pari-taetischer.de](http://www.pari-taetischer.de)