

11. Woche vom 11.03. bis 17.03.2019

Nährwertangaben entnehmen Sie bitte der Internetseite: www.fm-teistungen.de

*BE-Berechnung bezieht sich auf das Menü ohne Dessert.

	Menü I	Menü II	Menü III das Leichte	Vegetarisch	Extra Menü	Kaltmenü	Salat
Mo 11.03.	Grießbrei mit warmen Sauerkirschen, dazu Zucker und Zimt (vegetarisch), dazu Obst 10,5 BE* AGI	Hühnerfrikassee mit Karottengemüse und Reis, dazu Obst 4,2 BE* AGI	Eieromelett ⁽²⁾ auf Kohlrabigemüse, mit Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Obst 3,7 BE* ACGI	Kartoffeltaschen mit buntem Maisgemüse und Käsesoße, dazu Obst 7,3 BE* AGI	Schweineschnitzel mit Soße und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Eisbergsalat, Obst 6,1 BE* ACGI	Knacker mit Kartoffelsalat ⁽⁶⁾ und Garnitur CGJ	Salat „Thunfisch“ mit Zwiebeln, Rettich, Gurken, Tomaten, bunte Salatmischung und Ei, dazu Joghurt Dressing CDG
Di 12.03.	Bratwurst mit Curry-Ketchupsoße und Püree, dazu gelber Bohnensalat, und Dessert 4,7 BE* AGI	paniertes Hähnchenschnitzel mit Geflügelsoße, Rotkohl ⁽⁴⁾ und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 6,1 BE* ACGI	Gemüse Eintopf mit Rindfleisch und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 2,1 BE* ACFGJ	Schupfnudel-Gemüsepfanne in Butter gebraten, dazu Sahnesoße und Dessert 6,3 BE* ACGI	Kasslernacken ⁽³⁾ auf Grünkohl, mit Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Senf und Dessert 3,4 BE* AIJL	Knacker mit Kartoffelsalat ⁽⁶⁾ und Garnitur CGJ	Salat „Thunfisch“ mit Zwiebeln, Rettich, Gurken, Tomaten, bunte Salatmischung und Ei, dazu Joghurt Dressing CDG
Mi 13.03.	bunte Kartoffelsuppe ⁽⁶⁾ mit 2 Wiener Würstchen ^(3,6,7) , dazu Obst 3,7 BE* AI	Krautfleisch (Gehacktes mit Weißkohl), Salzkar- toffeln ⁽⁶⁾ , dazu Obst 3,2 BE* AGI	Rinderbraten in feiner Bratensoße, mit gebundenen Erbsengemüse und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Obst 4,3 BE* AGIJ	5 Soja Nuggets mit süß-saurer Soße und Reis, dazu Obst 6,9 BE* AFI		Knacker mit Kartoffelsalat ⁽⁶⁾ und Garnitur CGJ	Salat „Thunfisch“ mit Zwiebeln, Rettich, Gurken, Tomaten, bunte Salatmischung und Ei, dazu Joghurt Dressing CDG
Do 14.03.	Makkaroni mit Tomaten-Schinkensoße ⁽³⁾ , dazu Vanillepudding 4,8 BE* ACI	2 Fischfrikadellen ^(5,7) mit Kräutersoße und Kartoffelpüree, dazu Apfel-Möhrensalat, und Vanillepudding 3,5 BE* ACDGIJK	Hähnchen Medaillons Hawaii mit Ananas und Käse überbacken, Geflügelcremesoße und Gemüserais, dazu Vanillepudding 5,7 BE* AGI	5 Kartoffelpuffer ⁽⁶⁾ mit Kräuterquark, dazu Vanillepudding 4,9 BE* AGI	Zwiebelrostbraten in feiner Soße, Rosenkohl mit br. Butter und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Vanillepudding 3,6 BE* AGI	Knacker mit Kartoffelsalat ⁽⁶⁾ und Garnitur CGJ	Salat „Thunfisch“ mit Zwiebeln, Rettich, Gurken, Tomaten, bunte Salatmischung und Ei, dazu Joghurt Dressing CDG
Fr 15.03.	6 Köttbullar (schwedische Hackbällchen) mit Pilzrahmsauce und Spätzle, dazu Obst 3,3 BE* ACGI	3 Eier in Gemüse-Senfsoße, mit Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Obst 3,1 BE* ACGIJ	Schweinelachsbraten pikant gefüllt mit Champignons, dazu Soße, Kaisergemüse und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , Obst 3,3 BE* AGIJ	Blumenkohl-Käse-Bratling mit Petersiliensoße und Püree, dazu Obst 2,6 BE* ACGI	paniertes Fischfilet ⁽⁵⁾ mit Tomaten-Basilikumsoße und Püree, dazu Obst 4,4 BE* ADGI	Knacker mit Kartoffelsalat ⁽⁶⁾ und Garnitur CGJ	Salat „Thunfisch“ mit Zwiebeln, Rettich, Gurken, Tomaten, bunte Salatmischung und Ei, dazu Joghurt Dressing CDG
	Qualitätsversprechen: Alle Menüs aus dem Hause Frisch Menü werden täglich frisch zubereitet, nur aus besten Zutaten hergestellt und sind zum sofortigen Verzehr bestimmt. Änderungen vorbehalten! (EU-Zulassungs-Nr. TH03399)	Sa 16.03. So 17.03.	Wirsing Eintopf mit Wiener Würstchen ^(3,6,7) , dazu Dessert 2,4 BE* AGI	vegetarischer Wirsing Eintopf dazu Dessert 2,4 BE* AGI	Hacksteak vom Schwein mit Soße, Blumenkohl und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 3,7 BE* AGIJ		
			Kräuterbraten mit Soße, Buttererbsen und Klöße, dazu Dessert 4,0 BE* AGI	Brokkoligemüse mit Käse-Sahnesoße und Butterspätzle, dazu Dessert 6,2 BE* AGI	Schweinegulasch ungarischer Art (mit Paprika), dazu Rotkohl ⁽⁴⁾ und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 3,6 BE* AG		

Allergene: A=Gluten; B=Krebstiere; C=Eier; D=Fisch; E=Erdnüsse; F=Soja;
G=Laktose; H=Schalenfrüchte; I=Sellerie; J=Senf; K=Sesam; 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; 9=Formfleisch; 10=enthält Alkohol; 11=mit Zitronensäure



Bürozeiten Goslar/Bad Harzburg: Montag bis Freitag 8.00 Uhr bis 12.00 Uhr
Telefon: 053 22/55 47 02-5 · Fax: 053 22/55 47 02-9
Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!

12. Woche vom 18.03. bis 24.03.2019

Nährwertangaben entnehmen Sie bitte der Internetseite: www.fm-teistungen.de

*BE-Berechnung bezieht sich auf das Menü ohne Dessert.

	Menü I	Menü II	Menü III das Leichte	Vegetarisch	Extra Menü	Kaltmenü	Salat
Mo 18.03.	Szegediner Gulasch (Schweinefleisch mit Sauerkraut), Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Joghurt 3,9 BE* AI	3 Currybockwürstchen ^(3,6,7) in Curryketchupsoße, mit Kartoffelpüree, dazu Joghurt 3,3 BE* AGI	gedünstetes Seelachsfilet ⁽⁵⁾ in Dillrahmsoße mit Gemüsestreifen, Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Joghurt 2,6 BE* ADGI	vegetarische Kohlroulade in Kümmelsoße, mit Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Joghurt 4,1 BE* ACFI	Schweineroulade mit Hackfleischfüllung, dazu Soße, Wirsinggemüse und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , Joghurt 4,1 BE* AGI	Geflügelsalat mit Butter und Baguette CGJ	Salat „Fitness“ mit gegrillten Hähnchenbrust- streifen, Möhrenstreifen, Gurken, Tomaten, Eisbergsalat und Ei, dazu French Dressing CG
Di 19.03.	Sächsische Kartoffelsuppe ⁽⁶⁾ mit Bockwurstscheiben ^(3,6,7) , dazu Dessert 4,7 BE* AGI	Backfischhappen ⁽⁵⁾ mit Dillsoße und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Bohnensalat mit Schmand, Dessert 3,9 BE* ACDGJ	gedünstete Hähnchenbrust in Tomaten-Basilikum-Soße, mit Brokkoli und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 3,8 BE* AI	bunte Nudeln in Käse-Sahnesoße, dazu Dessert 5,4 BE* ACGI	Westernpfanne kl. Hacksteak und kl. Bratwurst auf mex. Gemüse (Kidneybohnen, Paprika und Mais), dazu Zwiebelpüree, Dessert 4,8 BE* AGIJ	Geflügelsalat mit Butter und Baguette CGJ	Salat „Fitness“ mit gegrillten Hähnchenbrust- streifen, Möhrenstreifen, Gurken, Tomaten, Eisbergsalat und Ei, dazu French Dressing CG
Mi 20.03.	Putenbolognese (Putenhackfleisch mit Tomaten-Kräutersoße), dazu Reis, Obst 4,4 BE* AGI	Steckrübeneintopf mit Kasserleisch ⁽³⁾ , dazu Obst 2,7 BE* AI	5 Partyfrikadellen auf Schwarzwurzeln, mit Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Obst 3,8 BE* ACGIJ	Kartoffel ⁽⁶⁾ - Blumenkohl- Auflauf mit Käse überbacken, dazu Obst 3,3 BE* ACGI	Schweineleber „Berliner Art“ mit einer Apfel-Zwiebelsoße und Kartoffelpüree, dazu Obst 2,2 BE* AGI	Geflügelsalat mit Butter und Baguette CGJ	Salat „Fitness“ mit gegrillten Hähnchenbrust- streifen, Möhrenstreifen, Gurken, Tomaten, Eisbergsalat und Ei, dazu French Dressing CG
Do 21.03.	Reisbrei mit Zucker und Zimt, dazu Apfelmus (vegetarisch), Dessert 7,5 BE* G	Bregenwurst ⁽³⁾ auf Grünkohl und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Senf, Dessert 3,9 BE* AGIJ	Nudelsuppentopf mit Hühnerfleisch, Eierstich und Gemüse, dazu Brötchen, Dessert 2,8 BE* ACGI	Spaghetti „Pesto“ mit mediterranem Pflanzengemüse, dazu Parmesankäse und Dessert 6,7 BE* AI	Schweinesteak „Strindberg“ (mit Senf und Gurke ⁽⁴⁾), Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Selleriesalat, Dessert 3,2 BE* ACGIJ	Geflügelsalat mit Butter und Baguette CGJ	Salat „Fitness“ mit gegrillten Hähnchenbrust- streifen, Möhrenstreifen, Gurken, Tomaten, Eisbergsalat und Ei, dazu French Dressing CG
Fr 22.03.	Serbischer Bohneneintopf mit Bockwurstscheiben ^(3,6,7) , dazu 1 Brotscheibe, Obst 3,8 BE* AGI	Jungschweinebraten in Soße, mit Erbsen und Möhren, Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Obst 4,4 BE* AGI	Rührei mit Spinat und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Obst (vegetarisch) 3,0 BE* ACGI	Porree in Sahnesoße, mit Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Obst 4,3 BE* AGI	Münchener Weißwurst auf Bayrisch Kraut, mit Püree, dazu süßer Senf, Obst 2,4 BE* AGIJ	Geflügelsalat mit Butter und Baguette CGJ	Salat „Fitness“ mit gegrillten Hähnchenbrust- streifen, Möhrenstreifen, Gurken, Tomaten, Eisbergsalat und Ei, dazu French Dressing CG
	Qualitätsversprechen: Alle Menüs aus dem Hause Frisch Menü werden täglich frisch zubereitet, nur aus besten Zutaten hergestellt und sind zum sofortigen Verzehr bestimmt. Änderungen vorbehalten! (EU-Zulassungs-Nr. TH03399)		Pichelsteiner Gemüseintopf mit Schweinefleisch, Weißkohl und Kartoffelwürfeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 2,7 BE* AI	Gemüse-Reispfanne mit Kräuter-Cremesoße, dazu Dessert 4,6 BE* AGI	Schweinebraten in Soße, mit Blumenkohl und Kartoffelpüree, dazu Dessert 2,3 BE* AGI		
			Putengulasch mit Buttererbsen und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 4,5 BE* AGI	vegetarische Paprikaschote mit einer Soja-Weizenfüllung, Tomatensoße und Risotto, dazu Dessert 4,9 BE* ACFIJ	Rheinischer Sauerbraten mit Rosinen und Mandeln in Bratensoße, dazu Rotkohl ⁽⁴⁾ und Klöße, Dessert 3,5 BE* ACGI		

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; 9 = Formfleisch; 10 = enthält Alkohol; 11 = mit Zitronensäure



Bürozeiten Goslar/Bad Harzburg: Montag bis Freitag 8.00 Uhr bis 12.00 Uhr
Telefon: 05322/554702-5 · Fax: 05322/554702-9
Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!