

MENÜPLAN 11.01. bis 17.01.2021 | 02. Woche

! Bitte beachten Sie unsere hausgemachte Rinderroulade am Mittwoch in der Menülinie Extramenü

	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Vegetarisch	Extra Menü	Kaltmenü	Salat	Beilagen-Salat	Nachtisch
Montag, 11.01.2021	Hähnchen-Crossis⁽⁹⁾ mit buntem Gemüse und Püree, dazu Dessert 84,5 KH* A1GI	weißer Bohneneintopf mit Kartoffeln ⁽⁶⁾ und Bockwurst ^(3,6,7) , dazu 1 Scheibe Brot 77,7 KH* A1GI	gedünstetes Seelachsfilet mit Gemüsestreifen in Rieslingsoße ⁽¹⁰⁾ , dazu Erbsen und Kartoffeln ⁽⁶⁾ 43,8 KH* A1DGI	Vollkornnudeln mit Käse-Sahnesoße, dazu Dessert (vegetarisch) 64,7 KH* A1GI	Sauerbraten vom Rind in Bratensoße, mit Erbsen und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 52,6 KH* A1GI	Sülze mit Altdeutschen Kartoffelsalat ⁽⁶⁾ , roten Zwiebeln und Remoulade 37,3 KH* C	Salat „Thunfisch“ mit Zwiebeln, Rettich, Gurken, Tomaten, bunte Salatmischung und Ei, dazu Joghurt Dressing 9,0 KH* CDG	Salatmischung mit Joghurt Dressing 7,96 KH* CG	Käsekuchen 36,4 KH* A1CG
Dienstag, 12.01.2021	Eieromelett mit Spinat und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Obst ⁽⁸⁾ 39,5 KH* A1CGI	Krautfleisch (Gehacktes mit Weißkohl), Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Obst ⁽⁸⁾ 44,1 KH* A1I	Curry-Putengeschnetzeltes mit Ananas und Pfirsichstücken, dazu Basmatireis, Obst ⁽⁸⁾ 70,9 KH* A1GI	Sellerieschnitzel mit Gemüsecremesoße und Kartoffelpüree, dazu Obst ⁽⁸⁾ 59,9 KH* A1GI	TIPP Thüringer Schüsselsülze^(3,6) mit Remouladensoße ⁽⁴⁾ und Bratkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Obst ⁽⁸⁾ (2 Folien) 57,4 KH* CGJ	Geflügelfrikadelle altdeutscher Kartoffelsalat ⁽⁶⁾ , dazu Senf 47,8 KH* A1CGJ	Salat „Thunfisch“ mit Zwiebeln, Rettich, Gurken, Tomaten, bunte Salatmischung und Ei, dazu Joghurt Dressing 9,0 KH* CDG	altdeutscher Kartoffelsalat 17,7 KH* CG	Mohn-Streusel-Kuchen 47,6 KH* A1CG
Mittwoch, 13.01.2021	Grießbrei dazu warmer Beeren Cocktail und Obst ⁽⁸⁾ (vegetarisch) 116,3 KH* A1G	paniertes Fischfilet⁽⁵⁾ mit Kräutersoße und Reis, dazu Gurkensalat 45,2 KH* A1DGI	Boulette in feiner Soße, mit Blumenkohl und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Obst ⁽⁸⁾ 55,4 KH* A1CIJ	Spaghetti mit Tomaten-Sahnesoße, dazu Parmesankäse und Obst ⁽⁸⁾ 78,8 KH* A1CGI	TIPP Hausgemachte Rinderroulade mit Soße, Apfelrotkohl und Thür. Klößen, dazu Dessert 28,9 KH* 11,50€ A1GIJ	Sülze mit Altdeutschen Kartoffelsalat ⁽⁶⁾ , roten Zwiebeln und Remoulade 37,3 KH* C	Salat „Thunfisch“ mit Zwiebeln, Rettich, Gurken, Tomaten, bunte Salatmischung und Ei, dazu Joghurt Dressing 9,0 KH* CDG	Gurkensalat 7,96 KH* L	1 gr. Donut 25,4 KH* A1FG
Donnerstag, 14.01.2021	Nudelsuppentopf mit Hühnerfleisch, Gemüse und Eierstich, dazu 1 Brötchen 62,8 KH* A1CGI	Geflügelfrikadellen in Geflügelrahmsauce, mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ 54,9 KH* A1GI	gedünstetes Farmersteak (Schweinenackensteak mit Gemüsesoße), Brokkoli und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Nachtisch 34,7 KH* A1I	Apfelstrudel mit Rosinen und Vanillesoße, dazu Nachtisch 107,4 KH* A1I	paniertes Kotelett in feiner Soße, mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Nachtisch 59,4 KH* A1I	Geflügelfrikadelle altdeutscher Kartoffelsalat ⁽⁶⁾ , dazu Senf 47,8 KH* A1CGJ	Salat „Thunfisch“ mit Zwiebeln, Rettich, Gurken, Tomaten, bunte Salatmischung und Ei, dazu Joghurt Dressing 9,0 KH* CDG	Salatmischung mit Joghurt Dressing 7,96 KH* CG	Wiener Apfelschnitte 34,2 KH* A1CGH2H3
Freitag, 15.01.2021	Möhren-Kohlrabi-Eintopf mit 2 Wiener Würstchen ^(3,6,7) , dazu Vollkornbrot 47,8 KH* A1I	Kräuterbraten mit Bratensoße, Möhrengemüse und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 49,2 KH* A1GI	Schweinegulasch mit Möhrengemüse und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 48,5 KH* A1GI	Gemüselasagne mit Kräutersoße und Käse überbacken, dazu Dessert 52,6 KH* A1CGI	NEU Burgunderbraten⁽³⁾ in Soße mit Grünkohl und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 69,7 KH* A1GIJ	Sülze mit Altdeutschen Kartoffelsalat ⁽⁶⁾ , roten Zwiebeln und Remoulade 37,3 KH* C	Salat „Thunfisch“ mit Zwiebeln, Rettich, Gurken, Tomaten, bunte Salatmischung und Ei, dazu Joghurt Dressing 9,0 KH* CDG	Salatmischung mit Joghurt Dressing 7,96 KH* CG	Russischer Zupfkuchen 46,5 KH* A1CG

Wir wünschen guten Appetit!



Samstag, 16.01.2021

Sonntag, 17.01.2021

Rindfleischsuppe mit Gemüse und Kartoffelwürfeln ⁽⁶⁾ , dazu Fruchtjoghurt 14,1 KH* A1CGFI	gefüllte Zucchini mit Béchamelsoße und Kartoffelpüree, dazu Fruchtjoghurt 62,6 KH* A1GI	gebackener Leberkäse^(3,6,7) in Bratensoße, mit Kaisergemüse und Kartoffelpüree, dazu Fruchtjoghurt 74,0 KH* A1CGFI
Hähnchenbrust natur in Geflügelcremesoße, mit Butterbohnen und Reis, dazu Pudding 52,9 KH* A1GI	Eierkuchen mit warmen Apfelstücken, dazu Pudding 81,9 KH* A1CG	Rindergulasch mit Leipziger allerlei und Klößen, dazu Pudding 54,1 KH* A1I

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.fm-teistungen.de
 EU-Zulassungs-Nr. TH 03399
 * Kohlenhydrat-Berechnung (KH) bezieht sich auf das Menü ohne Dessert in Gramm (g).
Allergene: Gluten: A1=Weizen; A2=Roggen; A3=Gerste; A4=Hafer; B=Krebstiere; C=Eier; D=Fisch; E=Erdnüsse; F=Soja; G=Laktose; Schalenfrüchte: H1=Mandeln; H2=Haselnüsse; H3=Walnüsse; H4=Cashewnüsse; H5=Pekannüsse; H6=Paranüsse; H7=Pistazien; H8=Macadamianüsse; H9=Queenslandnüsse; 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

Bürozeiten: Mo. bis Fr. 8.00 Uhr bis 12.00 Uhr
Telefon: 0 53 81 / 94 806-5
Telefax: 0 53 81 / 94 806-7

MENÜPLAN 18.01. bis 24.01.2021 | 03. Woche

! Bitte beachten Sie unsere **Schweinshaxe** am **Mittwoch** in der Menülinie **Extramenü**

	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Vegetarisch	Extra Menü	Kaltmenü	Salat	Beilagen-Salat	Nachtisch
Montag, 18.01.2021	Erbseintopf mit Würfelkartoffeln ⁽⁶⁾ und Bockwurst ^(3,6,7) , dazu Dessert 59,2 KH* A1I	NEU Knacker auf Grünkohl ^(2,3,6) , mit Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Senf 42,2 KH* A1IJ	gedünstete Scholle⁽⁵⁾ mit Kräuter-Senfsoße, Möh- rengemüse und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 49,0 KH* A1DGIJ	Reisbrei mit heißen Kirschen, dazu Dessert 84,2 KH* G	gegrillte Hähnchenbrust mit Geflügelsoße, Möhren- gemüse und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 42,5 KH* A1GI	Hähnchenschnitzel mit Kartoffelsalat ⁽⁶⁾ und Ketchup 52,2 KH* A1CI	Salat „Spezial“ mit Käsestreifen, Möhrenstreifen, Gurken, Tomaten, Eisbergsalat und Ei, dazu Joghurt Dressing 10,2 KH* CG	Salat-mischung Hip Hop mit Joghurt Dressing 7,96 KH* CG	Pudding 36,0KH* G
Dienstag, 19.01.2021	Wurstgulasch (Jagdwurstwürfel ^(3,6,7) in Tomatensoße), mit Nudeln dazu Dessert 82,5 KH* A1GIJ	Fischstäbchen⁽⁵⁾ mit Kartoffelpüree, dazu Remoulade ⁽⁴⁾ und Dessert 69,9 KH* A1DGI	Hähnchenbruststreifen auf Bandnudeln, mit Brokkoli-Cremesoße, dazu Dessert 67,3 KH* A1GI	Schupfnudel-Gemüsepfanne in Butter gebraten, dazu Sahnesoße und Dessert 66,2 KH* A1CGI	NEU Schweine-lachssteak mit grüner Pfefferrahmsoße, Bohnengemüse und Kartoffeln, dazu Dessert 35,7 KH* A1GI	Kotelett mit Kartoffelsalat ⁽⁶⁾ und Ketchup 51,1 KH* A1CGJ	Salat „Spezial“ mit Käsestreifen, Möhrenstreifen, Gurken, Tomaten, Eisbergsalat und Ei, dazu Joghurt Dressing 10,2 KH* CG	Krautsalat 11,8 KH*	Schoko-muffin 35,2 KH* A1CFG
Mittwoch, 20.01.2021	Gemüsesuppe mit Kartoffelwürfeln ⁽⁶⁾ und 2 Wiener Würstchen ^(3,6,7) , dazu Brötchen 58,5 KH* A1I	Rahmgulasch mit Rotkohl ⁽⁴⁾ und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ 41,5 KH* A1GI	Bratwurst in Bratensoße, mit Bohnengemüse und Kartoffelpüree 43,2 KH* A1GI	Soja Schnitzel mit Soße, Paprikagemüse und Reis 73,4 KH* A1FGI	TIP? Schweinshaxe gegrillt dazu Schlachte Kohl, Kartoffeln ⁽⁶⁾ und Senf 56,4 KH* 11,50€ A1I	Hähnchenschnitzel mit Kartoffelsalat ⁽⁶⁾ und Ketchup 52,2 KH* A1CI	Salat „Spezial“ mit Käsestreifen, Möhrenstreifen, Gurken, Tomaten, Eisbergsalat und Ei, dazu Joghurt Dressing 10,2 KH* CG	Kartoffel-salat⁽⁶⁾ 30,5 KH* L	Käse-Man-darinen Kuchen 25,4 KH* A1CG
Donnerstag, 21.01.2021	gefüllte Tortellini mit Käse-Sahnesoße, dazu Dessert 87,7 KH* A1CGI	Putengeschnetzeltes mit Blumenkohl und Reis, dazu Dessert 56,3 KH* A1GI	Rindfleisch in Petersiliensoße, mit Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Senfgurke 34,3 KH* A1GIJ	Tomaten-Nudelaufwurf mit Käse überbacken, dazu Dessert 102,6 KH* A1GI	gedünstetes Seelachsfilet⁽⁵⁾ in Kräutersoße, mit mediterranen Gemüse und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 43,8 KH* A1DGI	Kotelett mit Kartoffelsalat ⁽⁶⁾ und Ketchup 51,1 KH* A1CGJ	Salat „Spezial“ mit Käsestreifen, Möhrenstreifen, Gurken, Tomaten, Eisbergsalat und Ei, dazu Joghurt Dressing 10,2 KH* CG	Salat-mischung Hip Hop mit Joghurt Dressing 7,96 KH* CG	Frucht-joghurt 13,6 KH* G
Freitag, 22.01.2021	Bratkartoffeln⁽⁶⁾ mit Speck ⁽³⁾ , Zwiebeln und Ei, dazu Gewürzgurke ⁽⁴⁾ 57,8 KH* C	Steckrübeneintopf mit Kartoffelwürfeln und Kassler ^(3,6,7) , Obst ⁽⁸⁾ 32,1 KH* A1I	Königsberger Klopse in Kapernsoße mit Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Rote Beete 68,1 KH* A1CGIJ	vegetarische Paprikaschote mit einer Soja-Weizenfüllung, Tomatensoße und Vollkornreis, dazu Obst ⁽⁸⁾ 80,8 KH* A1CFGJ	Fleischkäse^(2,3,7) mit Käse-Paprika-Soße und Kartoffelpüree, dazu Obst ⁽⁸⁾ 59,2 KH* A1CFGJ	Hähnchenschnitzel mit Kartoffelsalat ⁽⁶⁾ und Ketchup 52,2 KH* A1CI	Salat „Spezial“ mit Käsestreifen, Möhrenstreifen, Gurken, Tomaten, Eisbergsalat und Ei, dazu Joghurt Dressing 10,2 KH* CG	Salat-mischung Hip Hop mit Joghurt Dressing 7,96 KH* CG	Rha-barber-Erdbeer-kuchen 40,0 KH* A1CG

Wir wünschen guten Appetit!



Samstag, 23.01.2021

2. Weihnachtsfeiertag

Kesselgulasch (Eintopf mit Kartoffeln⁽⁶⁾), dazu Fruchtjoghurt
33,6 KH* AI

vegetarische Bratwurst mit einer Soja-Weizenfüllung, dazu Soße Möhrengemüse und Püree, Fruchtjoghurt
41,5 KH* ACFGJ

Geflügelfrikadellen in Geflügelsoße, mit Rosenkohl und Kartoffelpüree, dazu Fruchtjoghurt
33,6 KH* ACGI

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.fm-teistungen.de

EU-Zulassungs-Nr. TH 03399
* Kohlenhydrat-Berechnung (KH) bezieht sich auf das Menü ohne Dessert in Gramm (g).

Allergene: Gluten: A1=Weizen; A2=Roggen; A3=Gerste; A4=Hafer; B=Krebstiere; C=Eier; D=Fisch; E=Erdnüsse; F=Soja; G=Laktose; Schalenfrüchte: H1=Mandeln, H2=Haselnüsse, H3=Walnüsse; H4=Cashewnüsse; H5=Pekannüsse; H6=Paranüsse; H7=Pistazien; H8=Macadamianüsse; H9=Queenslandnüsse; 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

Sonntag, 24.01.2021

Hähnchenkeule in Geflügelsoße, mit Möhrengemüse und Reis, dazu Pudding
54,4 KH* AGI

Brokkoli-Nuss-Ecke mit Holländischer Soße und Reis, Pudding
79,3 KH* AEGHI

Jungschweinebraten in Bratensoße, mit Speckbohnen⁽³⁾ und Kartoffeln⁽⁶⁾, dazu Pudding
45,2 KH* AGI

Bürozeiten: Mo. bis Fr. 8.00 Uhr bis 12.00 Uhr
Telefon: 0 53 81 / 94 806-5
Telefax: 0 53 81 / 94 806-7