

22. Woche vom 25.05. bis 31.05.2020

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

	Menü I	Menü II	Menü III das Leichte	Vegetarisch	Extra Menü	Kaltmenü	Salat
Mo 25.05.	Grießbrei mit warmen Sauerkirschen, dazu Zucker und Zimt (vegetarisch) 120,8 KH* AGI	Hühnerfrikassee mit Karottengemüse und Reis, dazu Obst 70,6 KH* AGI	Eieromelett⁽³⁾ auf Kohlrabigemüse, mit Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Obst 48 KH* ACGI	Kartoffeltaschen mit buntem Maisgemüse und Käsesoße, dazu Obst 69,1 KH* AGI	Schweinelachssteak mit Spargel mit Sauce Hollandaise, dazu Kartoffeln ⁽⁶⁾ und Obst 45,7 KH* 10,10 € AGCIJ	Kotelett mit Nudelsalat und Ketchup 48,0 KH* ACGJ	Salat „Fitness“ mit gegrillten Hähnchenbrust- streifen, Möhrenstreifen, Gurken, Tomaten, Eisbergsalat und Ei, dazu French Dressing 11,5 KH* CG
Di 26.05.	Makkaroni mit Tomaten-Schinkensoße ⁽³⁾ , dazu Pudding 106 KH* ACI	Fischfrikadellen^(5,7) mit Kräutersoße und Kartoffelpüree, dazu Apfel-Möhrensalat 60,7 KH* ACDGIJK	Hähnchen Medaillons Hawaii mit Ananas und Käse überbacken, Geflügelcremesoße und Gemüseris, dazu Pudding 85,3 KH* AGI	Blumenkohl-Käse- Medaillon mit Petersiliensoße und Püree, dazu Pudding 56,7 KH* ACGI	Hähnchenbrustfilet natur mit Spargel und Sauce Hollandaise, dazu Kartoffeln ⁽⁶⁾ und Pudding 40,3 KH* 10,10 € AGCIJ	Hähnchenschnitzel mit Nudelsalat und Ketchup 51,2 KH* ACGJ	Salat „Fitness“ mit gegrillten Hähnchenbrust- streifen, Möhrenstreifen, Gurken, Tomaten, Eisbergsalat und Ei, dazu French Dressing 11,5 KH* CG
Mi 27.05.	Kartoffelsuppe mit 2 Wiener Würstchen ^(3,6,7) , dazu Obst 44,8 KH* AGI	Krautfleisch (Gehacktes mit Weißkohl), Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Obst 63,2 KH* AGI	Rinderbraten in feiner Bratensoße, mit gebundenen Erbsengemüse und Kartoffeln ⁽⁶⁾ 62,5 KH* AGIJ	Soja- Nuggets mit süß-saurer Soße und Reis, dazu Obst 87,2 KH* AFI	große Portion Spargel mit Sauce Hollandaise, dazu Kartoffeln ⁽⁶⁾ und Obst 41,5 KH* 10,10 € AGCIJ	Kotelett mit Nudelsalat und Ketchup 48,0 KH* ACGJ	Salat „Fitness“ mit gegrillten Hähnchenbrust- streifen, Möhrenstreifen, Gurken, Tomaten, Eisbergsalat und Ei, dazu French Dressing 11,5 KH* CG
Do 28.05.	Bratwurst mit Soße, Mischgemüse und Kartoffeln ⁽⁶⁾ 44,3 KH* AGI	paniertes Hähnchenschnitzel mit Geflügelsoße, Rotkohl ⁽⁴⁾ und Kartoffeln ⁽⁶⁾ 72,3 KH* ACGI	Gemüse Eintopf mit Rindfleisch und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 21,9 KH* ACFGJ	Kräuterquark mit Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 44 KH* AGI	Schweineschnitzel mit Stangenspargel und Sauce Hollandaise, dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ und Dessert 55,7 KH* 10,10 € AGCIJ	Hähnchenschnitzel mit Nudelsalat und Ketchup 51,2 KH* ACGJ	Salat „Fitness“ mit gegrillten Hähnchenbrust- streifen, Möhrenstreifen, Gurken, Tomaten, Eisbergsalat und Ei, dazu French Dressing 11,5 KH* CG
Fr 29.05.	Köttbullar (schwedische Hackbällchen) mit Pilzrahmsauce und Spätzle, dazu Obst 39,6 KH* ACGI	Eier in Gemüse-Senfsoße, mit Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Obst 37,8 KH* ACGIJ	Schweinelachsbraten mit Pilzrahmsauce, Kaisergemüse und Kartoffeln ⁽⁶⁾ 39,5 KH* AGIL	Quarkkeulchen mit warmen Sauerkirschen, dazu Obst 100,6 KH* ACGI	Spargel mit pan. Hähnchenschnitzel und Sauce Hollandaise dazu Kartoffeln ⁽⁶⁾ und Obst 61,3 KH* 10,10 € AGCIJ	Kotelett mit Nudelsalat und Ketchup 48,0 KH* ACGJ	Salat „Fitness“ mit gegrillten Hähnchenbrust- streifen, Möhrenstreifen, Gurken, Tomaten, Eisbergsalat und Ei, dazu French Dressing 11,5 KH* CG
Sa 30.05.	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) * Kohlenhydrat-Berechnung (KH) bezieht sich auf das Menü ohne Dessert in Gramm (g).		Wirsing Eintopf mit Wiener Würstchen ^(3,6,7) , dazu Dessert 54,9 KH* AGI	vegetarischer Wirsing Eintopf dazu Dessert 54,4 KH* AGI	Hacksteak vom Schwein mit Soße, Blumenkohl und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 53,8 KH* AGIJ	Kleinen, frischen Salat zu jedem Essen zusätzlich bestellen! Mo. <input type="checkbox"/> Di. <input type="checkbox"/> Mi. <input type="checkbox"/> Do. <input type="checkbox"/> Fr. <input type="checkbox"/> (nur in Verbindung mit einer Menübestellung und nicht an Feiertagen!) Allergene: A=Weizengluten; A1=Roggengluten; 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 Nitrit- pökelsalz; 4=mit Süßungsmitteln (Saccharin); 5=kann Gräten enthalten; 6=mit Antioxidationsmittel; 7=mit Phosphat; 8=gewachst; 9=Formfleisch; 10= enthält Alkohol; 11=mit Zitronensäure	
So 31.05.		Kräuterbraten mit Soße, Buttererbsen und Klößen, dazu Dessert 61,5 KH* AGI	Brokkoligemüse mit Käse-Sahnesoße und Butterspätzle, dazu Dessert 73,9 KH* AGI	Schweinegulasch ungarischer Art (mit Paprika), dazu Rotkohl ⁽⁴⁾ und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 52,2 KH* AG			



Bürozeiten Alfeld: Montag bis Freitag 8.00 Uhr bis 14.00 Uhr
Telefon: 0 51 81 / 84 35-11 • Fax: 0 51 81 / 84 35-20
Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!