

MENÜPLAN 29.06. bis 05.07.2020 | 27. Woche

NEU! Erweitertes Menüangebot!

Beilagensalat und Nachtisch

	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Vegetarisch	Extra Menü	Kaltmenü	Salat	Beilagen-Salat	Nachtisch
Montag, 29.06.2020	Möhrensuppe mit Kasslerfleisch ⁽³⁾ , dazu Obst 39,6 KH* AI	gebratene Fleischklößchen mit Soße, Mischgemüse und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Obst 46,9 KH* ACGI	Schweinenackensteak in Zwiebelsoße, mit Mischgemüse und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ 53,1 KH* AGI	vegetarische Paprikaschote (mit einer Soja-Weizenfüllung) in Tomatensoße und Püree, dazu Obst 52,0 KH* ADFGIJ	paniertes Schweineschnitzel Champignons à la crème, Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Obst 66,6 KH* ACGI	Schnitzel mit Nudelsalat und Ketchup 67,1 KH* ACGJ	Salat „Fitness“ mit gegrillten Hähnchenbruststreifen, Möhrenstreifen, Gurken, Tomaten, Eisbergsalat und Ei, dazu French Dressing 11,5 KH* CG	Eisberg-salat mit Joghurt Dressing 7,9 KH* CG	Käse-kuchen 36,4 KH* ACG
Dienstag, 30.06.2020	Curry-bockwürstchen ^(3,6,7) in Currysoße, mit Kartoffelpüree, dazu Krautsalat 65,3 KH* AGI	Szegediner Gulasch (Schweinefleisch mit Sauerkraut), Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 41,1 KH* AI	Heringsfilet ⁽⁵⁾ nach „Hausfrauenart“ in Dill-Sahne, mit Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert (2Folien) 56,4 KH* CDGJ	Kartoffeltaschen gefüllt mit Quark und Kräutern, dazu Schnittlauchsoße, Dessert 54,0 KH* AGI	Putenroulade gefüllt mit Speck und Zwiebeln, Soße, Möhregemüse und Reis, dazu Dessert 57,0 KH* ACI	Boulette mit Nudelsalat und Ketchup 60,4 KH* ACGJ	Salat „Fitness“ mit gegrillten Hähnchenbruststreifen, Möhrenstreifen, Gurken, Tomaten, Eisbergsalat und Ei, dazu French Dressing 11,5 KH* CG	Krautsalat 12,6 KH* L	Mohn-kuchen 47,6 KH* ACG
Mittwoch, 01.07.2020	Soljanka ^(3,4) dazu Toastbrot und Obst 33,6 KH* AGIJ	paniertes Seelachsfilet ⁽⁵⁾ mit Petersiliensoße und Kartoffelpüree, dazu Möhrensalat 61,1 KH* ADGI	gegrillte Hähnchenbrust in feiner Soße, mit Rotkohl ⁽⁴⁾ und Reis 67,7 KH* AGI	Kräuterquark mit Kartoffeln ⁽⁶⁾ provenzalischer Art, dazu Obst 49,7 KH* ACGI	Braumeistersteak dazu Schwarzbiersoße ⁽¹⁰⁾ mit Zwiebeln, Rosenkohl und Spätzle, dazu Obst 66,0 KH* ACI	Schnitzel mit Nudelsalat und Ketchup 67,1 KH* ACGJ	Salat „Fitness“ mit gegrillten Hähnchenbruststreifen, Möhrenstreifen, Gurken, Tomaten, Eisbergsalat und Ei, dazu French Dressing 11,5 KH* CG	Möhren-salat ^(4,6,2) 17,5 KH*	Russischer Zupf-kuchen 46,5 KH* ACG
Donnerstag, 02.07.2020	Graupensuppe mit Schweinefleisch, Gemüse und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu 1 Scheibe Brot 37,9 KH* AI	Putenrollbraten mit Soße, dazu Blumenkohl mit brauner Butter und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ 43,7 KH* AGI	Chili con Carne (Schweinefleisch) mit Kidneybohnen und Mais, dazu Reis und Nachtisch 69,1 KH* AFI	Vanille-Grießbrei mit warmen Sauerkirschen dazu Zucker und Zimt 104,6 KH* AGI	Kasslerbraten ⁽³⁾ mit Blumenkohl und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Nachtisch 42,9 KH* AIJL	Boulette mit Nudelsalat und Ketchup 60,4 KH* ACGJ	Salat „Fitness“ mit gegrillten Hähnchenbruststreifen, Möhrenstreifen, Gurken, Tomaten, Eisbergsalat und Ei, dazu French Dressing 11,5 KH* CG	Eisberg-salat mit Joghurt Dressing 7,9 KH* CG	Wiener Apfel 36,0 KH* ACG
Freitag, 03.07.2020	Spaghetti Napoli mit ital. Tomatensoße, dazu Parmesankäse und Dessert (vegetarisch) 81,8 KH* AGIJ	Jungschweinebraten mit Soße, Brokkoli und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 36,3 KH* AGIJ	Schwäbischer Suppentopf mit Spätzle, Fleischbällchen und Eierstich, dazu Dessert 37,1 KH* ACGI	Rührei mit Spinat und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 50,4 KH* ACGI	ged. Scholle ⁽⁵⁾ mit Brokkoli und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 31,3 KH* ADG	Schnitzel mit Nudelsalat und Ketchup 67,1 KH* ACGJ	Salat „Fitness“ mit gegrillten Hähnchenbruststreifen, Möhrenstreifen, Gurken, Tomaten, Eisbergsalat und Ei, dazu French Dressing 11,5 KH* CG	Eisberg-salat mit Joghurt Dressing 7,9 KH* CG	Grießbrei 36,9 KH* AG

Wir wünschen guten Appetit!

Samstag, 04.07.2020
Sonntag, 05.07.2020

bunter Gemüseeintopf mit Würfelpotato ⁽⁶⁾ und Schweinefleisch, dazu Joghurt 34,3 KH* AI	vegetarischer Gemüseeintopf mit Würfelpotato ⁽⁶⁾ , Karotten, Erbsen, Kohlrabi und Lauch, dazu Joghurt 28,7 KH* AI	Hacksteak in Bratensoße, mit Bohnengemüse und Kartoffelpüree, dazu Joghurt 92,2 KH* ACGI
Hähnchenbrust natur mit Geflügelcremesoße, Möhregemüse und Reis, Pudding 52,9 KH* AGI	Gemüse-Knusperfrikadelle mit Holländischer Soße und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Pudding 64,6 KH* AFCl	Rinderbraten mit Soße, Apfelrotkohl ⁽⁴⁾ und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Pudding 50,4 KH* AFGI

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

Allergene: A1=Weizengluten; A2=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 Nitritpökelsalz; 4=mit Süßungsmittel (Saccharin); 5=kann Gräten enthalten; 6=mit Antioxidationsmittel; 7=mit Phosphat; 8=gewachst; 9=Formfleisch; 10=enthält Alkohol; 11=mit Zitronensäure

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).

Bürozeiten Alfeld: Mo. bis Fr. 8.00 Uhr bis 14.00 Uhr
Telefon: 0 51 81 / 84 35-11
Telefax: 0 51 81 / 84 35-20

MENÜPLAN

06.07. bis 12.07.2020 | 28. Woche

NEU! Erweitertes Menüangebot!

Beilagensalat und Nachtisch



	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Vegetarisch	Extra Menü	Kaltmenü	Salat	Beilagen-Salat	Nachtisch
Montag, 06.07.2020	Reissuppe mit Fleischbällchen, Gemüse und Eierstich, dazu 1 Brötchen 67,7 KH* ACGI	Eierkuchen mit Vanillesoße, dazu Dessert (vegetarisch) 92,8 KH* ACFGH	paniertes Schweineschnitzel mit Rahmsauce, Möhrengemüse und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 59,5 KH* ACGI	Brokkoli-Nuss-Ecke mit Holländischer Soße und Reis, dazu Dessert 79,3 KH* ACGI	Münchener Weißwurst auf bayrisch Kraut, mit Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu süßer Senf 58,4 KH* AGIJ	6 Hähnchennuggets⁽⁹⁾ mit Kartoffelsalat ⁽⁶⁾ und Joghurdip 51,3 KH* ACGJ	Salat „Athen“ mit Hirtenkäse, Oliven, Zwiebelringen, Gurken, Tomaten, bunten Blattsalat „Bari“ und Ei, dazu Joghurt Dressing 9,3 KH* CG	bunter Blattsalat mit Joghurt Dressing 7,9 KH* CG	Käsekuchen mit Mandarinen 25,4 KH* ACG
Dienstag, 07.07.2020	ital. Tomatenragout mit Kräutern und Makkaroni, dazu Farmersalat (vegetarisch) 90,4 KH* ACGI	Chinapfanne (Schweinefleisch mit Chinagemüse), Reis, dazu Dessert 57,8 KH* ACFGH	Hähnchenkeule in Geflügelsoße, mit Rotkohl und Kartoffeln ⁽⁶⁾ 43,5 KH* AI	vegetarischer Erbseneintopf mit Grießklößchen, dazu Dessert 77,5 KH* AI	Rahmgeschnetzeltes mit Champignons „Züricher Art“, dazu Rotkohl ⁽⁴⁾ und Klöße, Dessert 65,6 KH* AGI	3 Wiener Würstchen^(3,6,7) mit Kartoffelsalat ⁽⁶⁾ und Senf 31,4 KH* ACGJ	Salat „Athen“ mit Hirtenkäse, Oliven, Zwiebelringen, Gurken, Tomaten, bunten Blattsalat „Bari“ und Ei, dazu Joghurt Dressing 9,3 KH* CG	Farmer Salat 9,2 KH* J	Mohn-Streusel-Kuchen 47,6 KH* ACG
Mittwoch, 08.07.2020	buntes Hühnerfrikassee mit Reis, dazu Obst 85,1 KH* AGI	Schweinelachsbraten in Bratensoße, mit Kohlrabigemüse und Kartoffelpüree 39,0 KH* AGI	hausgemachte Gulaschsuppe mit Rindfleisch, Kartoffeln ⁽⁶⁾ und Tomatenstücken, dazu 1 Scheibe Brot 66,2 KH* AFI	Blumenkohl mit Béchamelsoße und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Obst 46,6 KH* AGI		6 Hähnchennuggets⁽⁹⁾ mit Kartoffelsalat ⁽⁶⁾ und Joghurdip 51,3 KH* ACGJ	Salat „Athen“ mit Hirtenkäse, Oliven, Zwiebelringen, Gurken, Tomaten, bunten Blattsalat „Bari“ und Ei, dazu Joghurt Dressing 9,3 KH* CG	Krautsalat 12,6 KH* L	Russischer Zupfkuchen 46,5 KH* ACG
Donnerstag, 09.07.2020	Linseneintopf mit 2 Wiener Würstchen ^(3,6,7) und Dessert 55,5 KH* AGI	Zigeuner Hackbraten mit Letschosoße und Bandnudeln, Dessert 45,9 KH* AI	Putengeschnetzeltes mit Brokkoli und Reis, dazu Dessert 61,2 KH* AGI	Bandnudeln mit Soja-Bolognese, dazu Dessert 78,0 KH* AFI	Zwiebelrostbraten in Bratensoße, mit Brokkoli und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 46,6 KH* AFGI	3 Wiener Würstchen^(3,6,7) mit Kartoffelsalat ⁽⁶⁾ und Senf 31,4 KH* ACGJ	Salat „Athen“ mit Hirtenkäse, Oliven, Zwiebelringen, Gurken, Tomaten, bunten Blattsalat „Bari“ und Ei, dazu Joghurt Dressing 9,3 KH* CG	bunter Blattsalat mit Joghurt Dressing 7,9 KH* CG	Vanille-Birnen Joghurt 13,6 KH* G
Freitag, 10.07.2020	Gemüseplatte „Naturell“ (Brokkoli, Möhren, Schwarzwurzeln, Bohnen) mit br. Butter, Kartoffelpüree, Obst 37,5 KH* AGI	Backfischhappen⁽⁵⁾ mit Gemüsestreifen in Dill-Cremesoße und Püree, dazu Obst 73,1 KH* ADGI	Königsberger Klopse in Kapernsoße, mit Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Rote-Bete-Salat ⁽⁴⁾ 67,1 KH* ACGIJ	Vanillepuddingsuppe dazu Milchbrötchen und Obst (vegetarisch) 78,4 KH* AFGIK	Hähnchenroulade mit Brokkolifüllung, Soße, Möhrenscheiben und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Obst 42,4 KH* AGI	6 Hähnchennuggets⁽⁹⁾ mit Kartoffelsalat ⁽⁶⁾ und Joghurdip 51,3 KH* ACGJ	Salat „Athen“ mit Hirtenkäse, Oliven, Zwiebelringen, Gurken, Tomaten, bunten Blattsalat „Bari“ und Ei, dazu Joghurt Dressing 9,3 KH* CG	bunter Blattsalat mit Joghurt Dressing 7,9 KH* CG	Wiener Apfel 36,0KH* ACG

Wir wünschen guten Appetit!

Samstag, 11.07.2020		westfälische Kartoffelsuppe⁽⁶⁾ mit 2 Wiener Würstchen ^(3,6,7) , dazu Dessert 43,2 KH* AI	Spaghetti mit Pilzrahmsauce, dazu Dessert 78,4 KH* AGI	Bratwurst auf Sauerkraut, mit Zwiebelpüree, dazu Senf und Dessert 27,9 KH* AGIJ	<p>Die Menüs werden am Tag der Auslieferung frisch gekocht und sind zum sofortigen Verzehr bestimmt. Die TK-Auslieferung erfolgt ohne Salatbeilage.</p> <p>Allergene: A1 = Weizengluten; A2 = 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</p> <p>Zusatzstoffe: 1 = mit Farbstoff; 2 = mit Konservierungsstoff; 3 = mit Nitritpökelsalz; 4 = mit Süßungsmittel (Saccharin); 5 = kann Gräten enthalten; 6 = mit Antioxidationsmittel; 7 = mit Phosphat; 8 = gewachst; 9 = Formfleisch; 10 = enthält Alkohol; 11 = mit Zitronensäure</p>
Sonntag, 12.07.2020		Rinderbraten in Soße, mit Rotkohl ⁽⁴⁾ und Klößen, dazu Dessert 60,6 KH* AFGI	Gemüse Schnitzel aus Gartengemüse und Dinkelkörnern, Schnittlauchsoße und Reis, dazu Dessert 78,2 KH* ACG	Kasslerbraten⁽³⁾ in Bratensoße, mit Bohnengemüse und Kartoffelpüree, dazu Dessert 52,5 KH* AGI	

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).

Bürozeiten Alfeld: Mo. bis Fr. 8.00 Uhr bis 14.00 Uhr
Telefon: 0 51 81 / 84 35-11
Telefax: 0 51 81 / 84 35-20