

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Freitag 01.09.2023	<p><b>„Schnüsch“</b> Norddeutscher Eintopf mit dicken &amp; grünen Bohnen, Erbsen, Kartoffeln, Kohlrabi, Karotten, Kassler- u. Speckwürfel</p> <p>7 b/c/4,5BE</p>	<p><b>Scheibe vom Putenbraten *</b> in Geflügelrahmsauce, dazu Leipziger Allerlei und Kartoffeln</p> <p>1(W),3,7 a/3,5BE</p>	<p><b>Gebratenes Kabeljaufilet *</b> in Currysauce, dazu Broccoli und Salzkartoffeln</p> <p>1(W),4,7 a/3,5BE</p>	<p><b>Gemüsebratling *</b> mit heller Sauce, dazu Kohlrabi und Kartoffeln</p> <p>1(W),3,7,10 5,5BE</p>
Samstag 02.09.2023	<p><b>Zwiebelsuppe</b> (leicht gebunden) mit Maultaschen (gefüllt mit Schweinefleisch und Spinat), Rosmarin und Petersilie</p> <p>1(W),3,7 3BE</p>	<p><b>„Paella“ *</b> spanische Reispfanne mit Seelachsfiletstückchen, Hühnerfleischwürfel und Gemüse</p> <p>2,4,14 6BE</p>	<p><b>Frikadelle</b> in brauner Sauce mit Spitzkohl und Kartoffeln</p> <p>1(W),3,7 a/4,5BE</p>	<p><b>Gemüse „India“ mit Basmatireis *</b> mit Kürbis, Curry, Sojasauce, Frühlingszwiebeln, Sellerie, Karotten, Kokosmilch u. Ingwer</p> <p>1(W),3,6,7 b/1,5BE</p>
Sonntag 03.09.2023	<p><b>Backschinken</b> mit brauner Sauce, Rotkohl und Salzkartoffeln</p> <p>1(W),10 a/c/z/4,5BE</p>	<p><b>„Thüringer Rinderbraten“ *</b> in Wachholderbeeren-Bratenjus, dazu Rosenkohl und Klöße</p> <p>1(W) a/4BE</p>	<p><b>Schweinebraten</b> in Sauce mit jungen Erbsen dazu Kartoffeln</p> <p>1(W) a/3,5BE</p>	<p><b>BIO-Polenta-Käseschnitten *</b> auf Gemüseragout, dazu Salzkartoffeln</p> <p>1(W),3,7 4,5BE</p>
Montag 04.09.2023	<p><b>Käse-Lauch-Eintopf</b> mit Hackfleisch und Kartoffelwürfeln</p> <p>1(W),7 2BE</p>	<p><b>Rinderhacksteak „Texas“ vom Grill *</b> mit BBQ-Sauce, dazu Langkornreis mit Kidneybohnen</p> <p>1(W),3,10 z/7BE</p>	<p><b>Putensteak *</b> mit Sauce, dazu Fingermöhren und Salzkartoffeln</p> <p>1(W) a/3,5BE</p>	<p><b>Käse-Rösti *</b> mit Ratatouille, fein abgeschmeckt mit Kräutern der Provence</p> <p>7 3BE</p>
Dienstag 05.09.2023	<p><b>„Bergsteigers Kartoffelgratin“</b> mit Hackfleisch, Kartoffelscheiben und Pilzen, mit Käse überbacken</p> <p>1(W),7,12 b/c/e/3BE</p>	<p><b>Panierte Bauchscheibe</b> mit Bratensauce, dazu Weißkohlgemüse und Kartoffeln</p> <p>1(W),3,7 a/4,5BE</p>	<p><b>Hackbraten</b> in Sauce, dazu Blumenkohl in Mehlschwitze und Kartoffeln</p> <p>1(W),3,7,10 a/3,5BE</p>	<p><b>Gebratenes Asia-Gemüse *</b> mit Tofu, Sojasauce, Knoblauch, Zwiebel, Möhren und Sesam, dazu Jasminreis</p> <p>1(W),6 b/7BE</p>
Mittwoch 06.09.2023	<p><b>Vollkornspirelli „Jutta“ *</b> dazu Broccoli-Sahnesauce, mit Geflügelbällchen</p> <p>1(W),3,7,10 8,5BE</p>	<p><b>Krakauer</b> mit brauner Sauce, Rotkohl und Salzkartoffeln</p> <p>1(W) a/b/c/j/z/4BE</p>	<p><b>Gedünstetes Buntbarschfilet *</b> mit Dillsauce, dazu Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln</p> <p>1(W),3,4,7 3,5BE</p>	<p><b>3 Kartoffeltaschen „Tomate-Mozzarella“ *</b> mit mediterranem Gemüse in Joghurt-Tomatensauce</p> <p>1(W),7 5BE</p>
Donnerstag 07.09.2023	<p><b>Paniertes Putenschnitzel „Wiener Art“ *</b> mit Bayrischem Kartoffelsalat (lauwarm)</p> <p>1(W),10 b/6BE</p>	<p><b>Bauernfrikadelle</b> mit pikanter Senfsauce (m. Zwiebeln, Sahne, Petersilie), dazu grüne Bohnen und Kartoffeln</p> <p>1(W),3,7,10 4,5BE</p>	<p><b>Fleischkäse</b> in Sauce mit Kohlrabi und Kartoffeln</p> <p>1(W),7 a/b/c/j/3,5BE</p>	<p><b>Pastinaken-Möhren-Kartoffelauflauf *</b> mit Frühlingszwiebeln, Thymian und Crème fraîche</p> <p>3,7 4BE</p>

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Freitag 08.09.2023	<p>1 grobe Bratwurst mit Sauce, dazu Spitzkohl und Kartoffeln</p> <p>1(W),3,7 a/4BE</p>	<p>Gebratenes Alaska-Seelachsfilet * mit Kräutersauce, dazu Kaisergemüse und Salzkartoffeln</p> <p>1(W),4,7 5BE</p>	<p>„Hausgemachte Kartoffelsuppe“ mit eingeschnittener Wurst</p> <p>7,9 b/c/3BE</p>	<p>2 Kohlrabi-Kräutermedaillons * dazu Béchamelsauce und Salzkartoffeln</p> <p>1(W),3,7 4,5BE</p>
Samstag 09.09.2023	<p>„Ditzumer Fischtopf“ Fischeintopf mit Speck, Zwiebeln und Möhren, dazu Salzkartoffeln</p> <p>1(W),3,4,7 4BE</p>	<p>Kasslerbraten mit brauner Sauce, dazu Erbsen &amp; Möhren und Salzkartoffeln</p> <p>1(W) a/b/c/3BE</p>	<p>Lebergeschnetzeltes in Apfelsauce, dazu Kartoffelpüree und ein Möhrensalat</p> <p>1(W),7 a/c/3,5BE</p>	<p>„Vita-fit Reispfanne“ * mit Fenchel, Möhren und Porree</p> <p>1(W),7 6BE</p>
Sonntag 10.09.2023	<p>„Snirtje Braa“ in Bratenfond mit Apfel-Rotkohl und Salzkartoffeln</p> <p>1(W) a/z/3,5BE</p>	<p>Kalbsragout * mit Waldpilzen und Spargelstücken, dazu Spätzle</p> <p>1(W),3 a/6,5BE</p>	<p>Gebratenes Hähnchenbrustfilet * in Champignonsauce, dazu Prinzessbohnen und Salzkartoffeln</p> <p>1(W),12 a/b/c/e/3,5BE</p>	<p>Grünkern-Käse-Medaillon * in Vollkornsesampanade, mit heller Rahmsauce, dazu Gemüserisotto</p> <p>1(W,D),3,6,7,9,11 7BE</p>
Montag 11.09.2023	<p>Schwäbische Käsespätzle Pfannengericht mit Käse, gegrillten Zwiebelwürfel und Speck</p> <p>1(W),3,7 b/c/d/7BE</p>	<p>2 große Leberklöße mit Sauce, dazu Sauerkraut und Salzkartoffeln</p> <p>1(W),3 a/z/5,5BE</p>	<p>Hähnchenschenkel * mit Sauce, dazu Kaisergemüse und Kartoffeln</p> <p>1(W) a/3,5BE</p>	<p>Vanille Grießbri * mit warmen Kirschrugout</p> <p>1(W),7 2,5BE</p>
Dienstag 12.09.2023	<p>BIO-Spaghetti „Bolognese“ mit Hackfleischsauce</p> <p>1(W) 8,5BE</p>	<p>Gebratene Putenbrust * in Geflügelrahmsauce, dazu Blumenkohl in Mehlschwitze und Kartoffeln</p> <p>1(W),3,7 a/3,5BE</p>	<p>3 Königsberger Klopse in Kapernsauce, dazu Salzkartoffeln und Rote Bete-Salat</p> <p>1(W),3,7 h/4BE</p>	<p>Kokos-Zucchini-Curry * mit grünen und gelben Zucchinischeiben, Kokosmilch und Curry, dazu BIO-Reis</p> <p>1(W) 6BE</p>
Mittwoch 13.09.2023	<p>Schnitzel „Balkan Art“ in pikanter Sauce mit Paprikastreifen, dazu Langkornreis</p> <p>1(W) z/8BE</p>	<p>Seehecht „Müllerin“ * in Zitronen-Kräuter-Mantel, dazu Buttersauce, Dampfkartoffeln und Eisbergsalat</p> <p>1(W),3,4,7 4,5BE</p>	<p>„Ammerländer Hühnersuppen-eintopf“ * mit Gemüse und Muschelnudeln</p> <p>1(W),3,7,9 2BE</p>	<p>Nudelgratin „del Sol“ * Makkaroni mit Grillgemüse und Käse überbacken, dazu fruchtiger Tomatensauce</p> <p>1(W),7 9,5BE</p>
Donnerstag 14.09.2023	<p>Hähnchengyros -Nudelaufauf * mit Champignons, Zwiebeln, Paprika, Schmand und Feta, dazu Krautsalat</p> <p>1(W) c/7,5BE</p>	<p>Schweinelachssteak mit Zwiebelsauce, dazu Rotkohl und Kartoffeln</p> <p>1(W),3 a/z/4,5BE</p>	<p>Geflügelbratwurst * mit brauner Sauce, dazu Broccoli und Kartoffeln</p> <p>1(W),7,9 a/3BE</p>	<p>Spaghetti Napoli * mit Tomaten-Basilikumsauce</p> <p>1(W) 9BE</p>

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Freitag 15.09.2023	<p>Serbischer Bohneneintopf mit Mettwurst- scheiben</p> <p>9 b/c/j/3BE</p>	<p>Hähnchenbrust „Italia“ * in Tomaten- Sauerrahmsauce, dazu mediterranes Gemüse und Tortiglioni</p> <p>1(W),3,7 7BE</p>	<p>Gedünstetes Schellfischfilet * in Petersiliensauce, dazu Fingermöhren und Salzkartoffeln</p> <p>1(W),3,4,7 3,5BE</p>	<p>Spinat- Kartoffelaufauf * mit Zwiebeln, Tomatenwürfel, Knob- l. und Sahne mit Käse überbacken</p> <p>3,7 3,5BE</p>
Samstag 16.09.2023	<p>Tofupfanne mit buntem Gemüse * rote Et gelbe Paprika, Knobl., Zucchini, Zwiebel, Tomatenwürfel, Thymian, Chili, Rosmarin, dazu Reis</p> <p>6 6,5BE</p>	<p>Scheibe vom Schweinenacken in brauner Sauce, dazu Spitzkohl und Kartoffeln</p> <p>1(W),3,7 a/3,5BE</p>	<p>Putengeschnetzeltes* in Sauce, dazu ZucchiniGemüse und Kartoffeln</p> <p>1(W),3,7 a/3,5BE</p>	<p>„Italienische Tomatensuppe“ * mit Frischkäse und Reiseinlage, dazu ein Kaiserbrötchen</p> <p>1(W),7 5BE</p>
Sonntag 17.09.2023	<p>Pökelfleisch vom Schwein mit Rosinensauce, dazu Brechbohnen und Salzkartoffeln</p> <p>1(W) a/b/c/3,5BE</p>	<p>Putengeschnetzeltes „Hawaii Art“ * mit Pfirsich, Birne, Weintrauben, Ananas und Kirschen, dazu Curryreis</p> <p>1(W),3,7 4,5BE</p>	<p>Kräuterbraten in Sauce, dazu Kaisergemüse und Salzkartoffeln</p> <p>1(W) a/3BE</p>	<p>„Triologie von frischem Gemüse“ * Broccoli, Blumenkohl, Romanesco, mit holländischer Sauce und Kartoffeln</p> <p>1(W),3,7 3BE</p>
Montag 18.09.2023	<p>„Pikante Bauernpfanne“ mit Hackfleisch, Möhrenwürfel, Porree, saure Sahne, Champig- nons, dazu Kartoffeln</p> <p>1(W),3,7 3BE</p>	<p>„Piccata alla Milanese“ * Putenschnitzel in Parmesanhülle, mit Tomatensauce, Penne und Tomatensalat</p> <p>1(W),3,7 7,5BE</p>	<p>3 Hackbällchen in heller Sauce, dazu buntes Gemüse und Kartoffeln</p> <p>1(W),3,7,9,10 4,5BE</p>	<p>Tortellini an Gemüse-Sahnesauce * mit Broccoli und Karotten</p> <p>1(W),3,7 7,5BE</p>
Dienstag 19.09.2023	<p>3 Eierpfannkuchen * mit Apfelmus</p> <p>1(W),3,7 c/6,5BE</p>	<p>Spießbraten mit Bratensauce, dazu Rosenkohl und Kartof- felstampf</p> <p>1(W),7 a/3BE</p>	<p>Rindergulasch * dazu BIO-Erbсен und Spirelli</p> <p>1(W) a/6,5BE</p>	<p>Blumenkohl im Backteig * mit Sauce Hollandaise, dazu Kartoffeln</p> <p>1(W),3,7 6BE</p>
Mittwoch 20.09.2023	<p>Spaghetti „Carbonara“ mit Schinken- Sahnesauce</p> <p>1(W),7 b/c/j/6BE</p>	<p>Hähnchen „Cordon bleu“ * mit Rahmsauce, dazu Prinzessbohnen und Kartoffeln</p> <p>1(W),3,7 a/b/4,5BE</p>	<p>Seelachs „Bordelaise“ * mit Ratatouillegemüse und Rosmarin- kartoffeln</p> <p>1(W) 4,5BE</p>	<p>Patros-Pfanne * mit Fetakäse, Paprika, Zucchini und Auber- ginen und frittierte Kartoffelwürfel</p> <p>7 3,5BE</p>
Donnerstag 21.09.2023	<p>„Berliner Currywurst“ in Gewürz- ketchupsauce, dazu Kartoffelpüree und ein Gurkensalat</p> <p>1(W),7 b/c/j/z/3,5BE</p>	<p>Kasslertopf mit Rosenkohl Kasslerstücke mit Zwiebeln, Schmelzkäse, Creme fine und Mus- kat, dazu Kartoffeln</p> <p>1(W),3,7 3BE</p>	<p>Gedämpfte Hähnchenbrust * mit Frühlingszwiebeln, Möhren, Ingwer, Chili, Knoblauch u. Honig in Sojasauce, dazu Reis</p> <p>1(W),6 a/7BE</p>	<p>Farfalle mit Spinat- Erdnuss-Sauce * mit Tomate, Spinat, Erdnussbutter, Sahne und Muskat</p> <p>1(W),3,5,7 6,5BE</p>

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Freitag 22.09.2023	 <b>Ungarische Gulaschsuppe</b> mit Paprika, Kartoffelwürfel und Zwiebeln  1(W) a/2BE	 <b>Lachs-Lasagne *</b> mit Blattspinat, Lachs, und Béchamelsauce, mit Käse überbacken  1(W),3,4,7 5BE	 <b>Hackbraten</b> in brauner Sauce mit Euromix und Kartoffeln  1(W),10 a/3,5BE	  <b>Veganes Bami Goreng *</b> indonesisches Gericht mit gebratenen Nudeln und Asia-Gemüse  1(W),6 5BE
Samstag 23.09.2023	 <b>Eisbeinflisch</b> in Bratenfond, dazu Sauerkraut und Salzkartoffeln  1(W) a/b/c/z/3,5BE	 <b>Gebratene Hähnchenbrust *</b> in Geflügelsauce mit Broccoli, dazu Salzkartoffeln  1(W) a/3BE	 <b>Grüner Bohneneintopf</b> mit Fleischeinlage  7 3BE	  <b>Indische Bulgurpfanne (vegan) *</b> mit Curry und Gemüstreifen (Paprika, Aubergine, Karotte)  1(W) 4,5BE
Sonntag 24.09.2023	 <b>„Dänischer Filetbraten“ (Pute) *</b> in Senfsauce mit Estragon, Frischkäse und Champignons, dazu Risi-Pisi  1(W),7,10 5,5BE	 <b>Wildragout</b> in Rahmsauce, dazu Rotkohl und Rosmarinkartoffeln  1(W) a/z/4,5BE	 <b>Sauerbraten vom Rind *</b> in Sauce mit Schwarzwurzeln, dazu Salzkartoffeln  1(W),3,7 a/4,5BE	  <b>„Retropfanne“ *</b> Pastinaken, Knollensellerie, Möhren, Zwiebeln, Curry, Topinambur und Vollkornreis  1(W),7 7BE
Montag 25.09.2023	 <b>„Chili con Carne“ *</b> mit Rinderhackfleisch, Mais, Zwiebeln, Paprika und Kidneybohnen, dazu Reis  7BE	 <b>Schweineschulter</b> mit Bratensauce, dazu Rosenkohl und Kartoffeln  1(W) a/b/c/3BE	  <b>2 gekochte Eier *</b> in Senfsauce mit Spinat und Kartoffelpüree  1(W),3,7,10 3BE	  <b>3 Kartoffeltaschen „Frischkäse-Kräuter“ *</b> mit buntem Gemüse in Käsesauce  1(W),3,7 4,5BE
Dienstag 26.09.2023	 <b>„Omas Erbsensuppe“</b> mit Speckwürfel, Zwiebeln und einer Bockwurst  9 b/c/j/3BE	 <b>„Schlemmer-Putenschnitzel“ *</b> dazu holländische Sauce, Leipziger Allerlei und Kartoffeln  1(W),3,7 4,5BE	 <b>Schweineleber</b> mit Apfel-Zwiebelgemüse, dazu Kartoffelpüree  1(W),7 a/c/3BE	  <b>Kartoffel-Gemüseauflauf mit Feta *</b> Zucchini, Tomate, Basilikum, Kräuter und Käse überbacken  3,7 3,5BE
Mittwoch 27.09.2023	 <b>Lasagne „al Forno“</b> mit Hackfleisch- und Béchamelsauce  1(W),3,7 4,5BE	 <b>Küstenbackfisch *</b> mit Rahmerbsen und Salzkartoffeln  1(W),3,4,7 5BE	 <b>Kohlrabieintopf</b> mit Fleischeinlage  7 2,5BE	  <b>Frühlingsrolle „Gourmet“ *</b> dazu süß-saure Sauce mit Paprikastreifen und Reis  1(W),3,6 z/9BE
Donnerstag 28.09.2023	  <b>Käseomelette *</b> dazu eine leichte Frischkäsesauce und Kartoffeln  1(W),3,7 3,5BE	 <b>Putenrahm-geschnetzeltes „Madras“ *</b> in Currysauce mit Ananas, Kokos und Pfirsich, dazu Reis  1(W),3,7 6BE	 <b>Gekochtes Rindfleisch *</b> mit Meerrettichsauce, dazu Kartoffeln und eine kalte Beilage  1(W),7,12 a/c/e/h/3BE	  <b>„Grüner Pastatraum“ *</b> Spaghetti mit Spinat, Zwiebeln, Zucchini, Frischkäse, Basilikum, Curry und Muskat  1(W),3,7 7,5BE

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Freitag 29.09.2023	<b>„Bud Spencer Bohnenpfanne“</b> mit Baked Beans, Würstchen, Zwiebeln, Kidneybohnen, Chili, dazu Stampfkartoffeln  7,10 b/c/4,5BE	<b>Hühnerfrikassee „Klassisch“ *</b> mit Spargelstücken, Champignons und Erbsen, dazu Lang- kornreis  1(W),7,12 b/c/e/6BE	<b>Gedünstetes Seelachsfilet *</b> mit Schnittlauchsauce, dazu Broccoli und Salzkartoffeln  1(W),3,4,7 3BE	<b>1 Valess „Gouda“ Filet (pan.) *</b> mit Käsefüllung, dazu Rahmsauce, gebutterte Möhrenscheiben und Salzkartoffeln  1(W,H),3,7 a/4,5BE
Samstag 30.09.2023	<b>„Himmel &amp; Erde“</b> Gestampfte Kartoffeln und Äpfel mit Speck- würfel und Zwiebeln, dazu eine Bratwurst  7/9/10 b/c/j/3,5BE	<b>Leberkäse</b> mit cremiger Honig-Senfsauce, dazu Kartoffeln und ein Gurkensalat  1(W),3,7,10 b/c/j/3BE	<b>Schweinegulasch</b> mit Champignons, dazu junge Erbsen und Spiralnudeln  1(W) a/6BE	<b>Champignon- Spinat-Suppe *</b> mit Kokosmilch, rote Paprikawürfel, Chili, Knoblauch, Ingwer und Sojasauce  1(W),3,7 1BE

- Jedes Gericht enthält ein Dessert (Auflistung und Deklaration siehe Beiblatt) -

## Zeichenerklärung/Zusatzstoffe und Hauptallergene:

 = fleischlos	i = bei Aspartam zusätz. Hinweis: „enthält eine Phenylalaninquelle“	5 = Erdnüsse und Erzeugnisse daraus
* = ohne Schweinefleisch	j = mit Phosphat	6 = Sojabohnen und Erzeugnisse daraus
a = mit Farbstoff	k = coffeinhaltig	7 = Milch und Erzeugnisse daraus
b = mit Konservierungsstoff	l = chininhaltig	8 = Schalenfrüchte und Erzeugnisse daraus **
c = mit Antioxidationsmittel	z = mit einer Zuckerart und/oder Süßungsmittel(n)	9 = Sellerie und Erzeugnisse daraus
d = mit Geschmacksverstärker	1 = glutenhaltige Getreide und Erzeugnisse daraus *	10 = Senf und Erzeugnisse daraus
e = geschwefelt	2 = Krebstiere und Erzeugnisse daraus	11 = Sesamsamen und Erzeugnisse daraus
f = geschwärzt	3 = Eier und Erzeugnisse daraus	12 = Schwefeldioxid und Sulfite
g = gewachst	4 = Fische und Erzeugnisse daraus	13 = Lupinen und Erzeugnisse daraus
h = mit Süßungsmittel(n)		14 = Weichtiere und Erzeugnisse daraus

Geringfügige Spuren eines Allergens können nicht ausgeschlossen werden, da es während des komplexen Warenflusses der Lebensmittelherstellung (Transport, Lagerung, Produktion, Verpackung,...) zu Kreuzkontaminationen und Produktübertragungen kommen kann. Des Weiteren kann es bei dem Produkt zu Rezepturänderungen kommen, die Einfluss auf vorhandene Allergene haben. Es ist uns daher nicht möglich, eine Garantie über die vollständige Abwesenheit von möglichen Allergenen zu geben. Die vorhandenen Kennzeichnungen dienen als Information, für die keine Haftung übernommen wird. Maßgebend für unsere Daten ist die Produktspezifikation des Herstellers.

- „Leicht und bekömmlich“: mild gewürzt, schonend gekocht, mit Zutaten, die besonders verträglich sind
- Sonderkostformen, wie glutenfrei, lactosefrei, kaliumarm etc. können auf Wunsch zubereitet werden
- Unsere Menüs haben eine Einwaage von ca. 450 - 500 ml
- Alle BE-Angaben sind ohne Dessert berechnet

\* = (W)eizen, (R)oggen, (H)afer, (K)amut, (D)inkel, (G)erste, (Hy)bridstämme  
\*\* = (M)andeln, (H)aselnüsse, (W)alnüsse, (K)aschnüsse, (P)ekannüsse, (Pa)ranüsse, (Pi)stazien, (Ma)cademia- oder Queenslandnüsse



Es kocht:

...täglich frisch & lecker

