

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Montag 01.02.2021	 „Irish Stew“ * Eintopf mit Lamm, Zwiebeln, Möhren, Lauch, Weißkohl, Thymian, Sellerie u. Kartoffelwürfel 9 3BE	 Buntes Schweine- Paprikaragout mit grüner, gelber und roter Paprika, Tomatenmark, dazu Spirelli 1(W),7 a/6,5BE	 Hähnchenschenkel * mit Sauce, dazu Möhren und Salz- kartoffeln 1(W) a/3BE	  Ricotta- Tortellini * in Kräuterrahmsauce 1(W),3,7 7,5BE
Dienstag 02.02.2021	 Panierte Bauchscheibe in Bratensauce, dazu Spitzkohl und Salz- kartoffeln 1(W) a/z/5BE	 Zarte Hähnchen- filetstücke * in heller Schnittlauch- sauce, dazu Broccoli und BIO-Reis 1(W),7 6BE	 3 Königsberger Klopse in Kapernsauce, dazu Salzkartoffeln und Rote Bete-Salat 1(W),3,7 h/4BE	  Hirtenpfanne * Reisnudeln mit Weißkäse, Tomaten Zwiebeln, Peperoni, Zucchini und Bohnen 1(W),7 7,5BE
Mittwoch 03.02.2021	 „Schlemmerschnitzel“ dazu holländische Sauce, Blumenkohl und Kartoffeln 1(W),3,7 4,5BE	 Backfisch * dazu Rahmerbsen und Kartoffelpüree 1(W),4,7 4BE	 Gekochtes Rindfleisch * mit Meerrettichsauce, dazu Kartoffeln und eine kalte Beilage 1(W),7,12 a/c/e/h/3BE	  Kartoffel- Gemüseauflauf * mit Hirtenkäse, Zucchini, Tomate, Basilikum, Kräuter und Käse überbacken 3,7 3,5BE
Donnerstag 04.02.2021	  Klassischer Milchreis * mit warmen Kirschragout 7 z/9,5BE	 Hähnchen „Cordon bleu“ * mit Sauce, dazu Wirsing und Salz- kartoffeln 1(W),7 a/b/4,5BE	 Fleischkäse in Sauce mit Kohlrabi und Kartoffeln 1(W),7 a/b/c/j/3,5BE	  Nudelgratin „Tomate- Mozzarella“ * mit Rigatoni, Knob- l.- Sahnesauce, Kirsch- tomaten und Mozza- rella überbacken 1(W),3,7 6,5BE
Freitag 05.02.2021	 Herzhafter Rind- fleisch-Nudel- eintopf * mit grünen Bohnen und Hörnchennudeln 1(W),3 4BE	 Scheibe vom Putenbraten * Geflügelrahmsauce, dazu Erbsen&Möhren und Kartoffeln 1(W) a/3,5BE	 Gebratenes Alaska-Seelachsfilet * in Petersiliensauce, dazu Kartoffeln und Blattsalat 1(W),3,4,7,10 5BE	  Gemüsepfanne „Toskana“ * Paprika, Zucchini, Zwiebeln, Tomaten- Basilikumsauce an 5 Kartoffelrösti 4,5BE
Samstag 06.02.2021	 1 grobe Bratwurst in Bratensauce mit Weißkohlgemüse und Kartoffeln 1(W),7 a/3,5BE	 1 Frühlingsrolle „Gourmet Huhn“ * mit Hähnchen und Gemüse, dazu gebratene Wok-Nudeln in Sojasauce 1(W),3,6,7,9 b/6,5BE	 Putengeschnetzeltes * in Sauce, dazu Möhren und Kartoffeln 1(W) a/3,5BE	  Deftige veg. Linsensuppe * mit einem Brötchen 1(W),9 6BE
Sonntag 07.02.2021	 Backschinken mit Zwiebelsauce, Rotkohl und Salzkartoffeln 1(W),10 a/c/z/4BE	 „Feiner Ratsherrentopf“ * Hähnchenfilet in- Rahm-Zwiebel-Pfiffer- lingsauce, dazu Broccoli u. Kartoffeln 1(W),7 b/c/3,5BE	 Kräuterbraten in Sauce, dazu Blumenkohl und Kartoffeln 1(W) a/3BE	  Gemüse- bratling * in Rahmsauce mit Leipziger Allerlei und Kartoffeln 1(W),3,7,9 5,5BE

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Montag 08.02.2021	 „Omas Erbsensuppe“ mit Speckstückchen und einer Bockwurst 9 b/c/j/3BE	 Putenschnitzel „Balkan Art“ * in pikanter Sauce mit Paprikastreifen, dazu Reis 1(W) z/8,5BE	 2 gekochte Eier * in pikanter Senfsauce mit Spinat und Kartoffeln 1(W),3,7,10 3,5BE	 Tortelloni Tricolore Formaggio * gefüllt mit Käse, Speisequark und Ge- würzen, dazu Pesto- sahnesauce 1(W),3,7,8(K),9 8,5BE
Dienstag 09.02.2021	 Hähnchenschenkel * mit Sauce, dazu Rahmkohlrabi und Kartoffelpüree 1(W),7 a/3BE	 Frikadelle mit Bratensauce, dazu Rotkohl und Salzkartoffeln 1(W),3 a/z/4,5BE	 3 Hackbällchen in heller Gemüsesauce, dazu Reis 1(W),3,7,9 7,5BE	 Ravioli „Bruschetta“ * mit Tomaten- Basilikumfüllung, in fruchtiger Tomaten- Parmesansauce 1(W),3,7 7BE
Mittwoch 10.02.2021	 Spaghetti „Carbonara“ mit Schinken- Sahnesauce 1(W),7 b/c/j/6BE	 „Ammerländer Grünkohl“ mit einer Scheibe Kassler, dazu Salz- kartoffeln 1(H),9,10 b/c/3,5BE	 Gebratenes Buntbarschfilet * an Currysauce, dazu Broccoli und Kartoffeln 1(W),4,7 3,5BE	 1 Teller- kartoffelrösti * mit Buttermöhren und Kräuterquark 1(W),7 5,5BE
Donnerstag 11.02.2021	 „Berliner Currywurst“ mit Gewürzketchup- sauce, dazu Kartof- felpüree und ein Gurkensalat 1(W),7 b/c/j/z/3,5BE	 Hähnchen- geschnetzeltes „Mailänder Art“ * Porree, Möhren, Zwieb., Tomaten, Champig., Oregano, dazu Reis 1(W),7 a/5,5BE	 „Ammerländer Hühnersuppen- eintopf“ * mit Gemüse und Muschelnudeln 1(W),3,7,9 2BE	 Blumenkohl-Käse- Medaillon * mit holländischer Sauce, dazu Kartoffeln 1(W),3,7,9 6BE
Freitag 12.02.2021	 Ostfriesische bunte Bohnsuppe mit Speck und Mettwurstscheiben 9 b/c/3BE	 Merlan Fischfilet (paniert) * mit Kräutersauce, dazu Erbsen & Möhren und Salzkartoffeln 1(W),4,7 6,5BE	 Leber- geschnetzeltes in Apfelsauce, dazu Kartoffelpüree und ein Möhrensalat 1(W),7 a/c/3,5BE	 „Gnocchi ai quattro formaggi“ * Kartoffelklößchen mit 4-Käsesauce 1(W),3,7 9BE
Samstag 13.02.2021	 „Grootheider Stipp“ Mehlschwitze mit Speck, Zwiebeln, Brechbohnen und Kartoffeln 1(W),7 b/c/4BE	 Eisbeinfleisch in Bratenfond, dazu Sauerkraut und Salz- kartoffeln 1(W) a/b/c/z/3,5BE	 Kohlrabieintopf mit Fleischeinlage 7 2,5BE	 Gebackene Champignons * an Knoblauchsauce, dazu Stampfkartoffeln 1(W),3,7 5,5BE
Sonntag 14.02.2021	 „Snirtje Braa“ in Bratenfond mit Rotkohl und Salz- kartoffeln 1(W) a/z/3,5BE	 Lammbraten * in dunkler Sauce mit Prinzessbohnen und Salzkartoffeln 1(W) a/3,5BE	 Gebratenes Hähnchenbrustfilet * in Champignonsauce, dazu Kaisergemüse und Salzkartoffeln 1(W),12 a/b/c/e/3BE	 7 Falafel- Kichererbsen- Bällchen * mit Tomatenragout und buntem Reis 1(W),9 7BE

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Montag 15.02.2021	 Spaghetti „Bolognese“ mit Hackfleischsauce	 Wirsingroulade in Specksauce mit Salzkartoffeln	 Grüner Bohneneintopf mit Fleischeinlage	  Vegetarisch gefüllte rote Paprikaschote * mit fruchtiger Tomatensauce, dazu Vollkornreis
	1(W) 8,5BE	1(W),7 a/b/c/3,5BE	7 3BE	1(W),3,6,7,9,10 6,5BE
Dienstag 16.02.2021	  „Kaiserschmarrn“ * mit warmen Pflau- menkompott	 Paniertes Schweineschnitzel mit Rahmsauce, dazu Leipziger Allerlei und Kartoffeln	 Hackbraten in Sauce mit Blumenkohl und Kartoffeln	  Makkaroniauflauf * mit Gemüse in Bécha- mel und Käse über- backen
	1(W),3,7 c/8,5BE	1(W),7 a/5BE	1(W),7,10 a/3,5BE	1(W),3,7 8BE
Mittwoch 17.02.2021	 Lasagne „al Forno“ * mit Rinderhackfleisch und Béchamelsauce	 Gebratenes Seehechtfilet * in Dillsauce, dazu Buttergemüse und Kartoffeln	 Hähnchenbrust- filet „natur“ * in Champignonsauce, dazu Broccoli und Reis	  Patros-Pfanne * mit Fetakäse, Paprika, Zucchini, Auberginen und frittierte Kartof- felwürfel
	1(W),3,7,9 3,5BE	1(W),4,7 5BE	1(W),12 a/b/c/e/6BE	7 3,5BE
Donnerstag 18.02.2021	 Hähnchenpfanne „Gyros Art“ * mit Zwiebeln, dazu Tomatenreis und Tzatziki	 2 große Leberklöße mit Sauce, dazu Sauerkraut und Kartoffeln	 Rindergulasch * mit Erbsen, dazu Spiralnudeln	  3 Kartoffeltaschen „Frischkäse- Kräuter“ * mit buntem Gemüse in Käsesauce
	3,7,10 4,5BE	1(W),3 z/5BE	1(W) a/6,5BE	1(W),7 4,5BE
Freitag 19.02.2021	 „Steekröwen- eintopf“ Steckrüben mit Kartoffelwürfel und einer Mettwurst	 Bauernfrikadelle mit brauner Sauce, dazu Rahm- kohlraabi und Stampf- kartoffeln	 Gedünstetes Kabeljaufilet * in Senfsauce, dazu Romanesco und Kartoffeln	  Spaghetti „Napoli“ * mit Tomaten- Basilikumsauce
	7 b/c/2,5BE	1(W),3,7 a/4BE	1(W),4,7,10 3,5BE	1(W) 9BE
Samstag 20.02.2021	 Ungarische Gulaschsuppe mit Paprika, Zwiebeln und Kartoffelwürfel	 Wirtshausbraten vom Schwein in Pilzsauce mit buntem Gemüse und Salzkartoffeln	 Schweinegulasch mit Spiralnudeln und Wachsbohnenalat	  Spitzkohl-Curry (vegan) * Kartoffeln, Möhren, Zwiebeln, Knoblauch, Curry, Linsen, Chili und Kokosmilch
	1(W) a/2BE	1(W),12 a/b/c/e/3BE	1(W) a/h/6BE	3BE
Sonntag 21.02.2021	 „Ammerländer Grünkohl“ mit einer Scheibe Kassler, dazu Salz- kartoffeln	 Wildragout in Rahmsauce mit Pilzen, dazu Spätzle	 Putenbrust * in Geflügelsauce, dazu Kaisergemüse und Kartoffeln	  „Triologie von frischem Gemüse“ * Broccoli, Blumen- kohl, Romanesco, mit holländischer Sauce u. Kartoffeln
	1(H),9,10 b/c/3,5BE	1(W),3 a/5,5BE	1(W) a/3,5BE	1(W),3,7 3BE

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Montag 22.02.2021	 „Chili con Carne“ * mit Geflügelhack- fleisch, Mais, Zwiebeln, Paprika und Kidney- bohnen, dazu BIO-Reis 7BE	 1 große Rostbratwurst in Bratensauce mit Sauerkraut und Stampfkartoffeln 1(W),7,9,10 a/j/z/3BE	 3 Königsberger Klopse in Kapernsauce, dazu Salzkartoffeln und Rote Bete-Salat 1(W),3,7 h/4BE	  Vollkorn- makkaroni „Spinaci“ * mit Spinat-Käsesauce 1(W),7 7BE
Dienstag 23.02.2021	 Schwäbische Maultaschen mit Hackfleisch gefüllt an Tomaten-Paprika- ragout 1(W),3,7 7BE	 Jägerschnitzel mit Champignon- rahmsauce, dazu jungen BIO-Erbсен und Salzkartoffeln 1(W),7,12 a/b/c/e/4,5BE	  Eieromelette * mit Spinat und Kartoffeln 1(W),3,7 3BE	  „Tant Tinis Grünkohl- eintopf“ * mit Hafergrütze und Kartoffelwürfel 1(H),10 2,5BE
Mittwoch 24.02.2021	 „Bergsteigers Kartoffelgratin“ mit Hackfleisch, Pilzen, Kartoffelscheiben und gratiniertem Käse 1(W),7,12 b/c/e/3BE	 Putengeschnetzeltes „Züricher Art“ * mit Champig. und Zwiebeln in Rahm- sauce, dazu Hörnli Nudeln 1(W),3,7 a/6,5BE	 Gedünstetes Seelachsfilet * in Petersiliensauce, dazu Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln 1(W),4,7 3,5BE	  Gemüse- medaillon * in Sauce Hollandaise, dazu Salzkartoffeln 1(W),3,7,9 4,5BE
Donnerstag 25.02.2021	  3 Eierpfannkuchen * mit Apfelmus 1(W),3,7 c/6,5BE	  BIO-Polenta- Käseschnitte * in Cornflakespanade, dazu Käse-Kräuter- sauce und Kartoffelpüree 1(W),3,7 4BE	 Putengeschnetzeltes * in Sauce, dazu Möhren und Kartoffeln 1(W) a/3,5BE	  Ravioli „Gran Duro Pomodoro“ * (vegan) mit würziger Tomaten- füllung, in Tomaten- Basilikumsauce 1(W) 8BE
Freitag 26.02.2021	 Klassischer Hack- braten mit Bratensauce, Rotkohl und Salz- kartoffeln 1(W),10 a/z/4,5BE	 Paniertes Schollenfilet * an Rahmspinat, dazu Salzkartoffeln 1(W),4,7 4BE	 „Hausgemachte Kartoffelsuppe“ mit einer Bockwurst 7,9 b/c/j/3BE	  Gemüsepfanne „Flandern“ * m. gelben u. orangen Möhren, Schwarz- wurzeln, Romano- bohnen, Kart.scheiben 1(W) 3BE
Samstag 27.02.2021	 Kassler-Möhren- Kartoffeleintopf mit Kasslerstücken, Möhren, Kartoffel- würfel und Zwiebeln b/c/3BE	 Marinierter Schweinenacken in Sauce, dazu Weißkohlgemüse und Salzkartoffeln 1(W) a/3,5BE	 Frikadelle in Sauce mit Fingermöhren und Kartoffeln 1(W),3 a/4BE	  Serviettenknödel * mit Champignons à la Creme 1(W),3,7,9,12 b/c/e/4,5BE
Sonntag 28.02.2021	 Bratrippchen in Bratensauce, dazu Rotkohl und Kartoffeln 1(W) a/z/3,5BE	 Burgunderbraten * (vom Rind) in dunkler Sauce mit Rosenkohl und Kartoffeln 1(W) a/3BE	 3 Kalbfleisch- bällchen * in brauner Sauce, dazu Kaisergemüse und Salzkartoffeln 1(W),3,10 a/4BE	  Valess- Rahmschnitzel * mit heller Rahmsauce, dazu Erbsen & Möhren und Salzkartoffeln 1(W),7 3,5BE

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐

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

Zeichenerklärung/Zusatzstoffe und Hauptallergene:

 = fleischlos

* = ohne Schweinefleisch

a = mit Farbstoff

b = mit Konservierungsstoff

c = mit Antioxidationsmittel

d = mit Geschmacksverstärker

e = geschwefelt

f = geschwärzt

g = gewachst

h = mit Süßungsmittel(n)

i = bei Aspartam zusätzl. Hinweis:

„enthält eine Phenylalaninquelle“

j = mit Phosphat

k = coffeinhaltig

l = chininhaltig

z = mit einer Zuckerart und/oder Süßungsmittel(n)

1 = glutenhaltige Getreide und Erzeugnisse daraus *

2 = Krebstiere und Erzeugnisse daraus

3 = Eier und Erzeugnisse daraus

4 = Fische und Erzeugnisse daraus

5 = Erdnüsse und Erzeugnisse daraus

6 = Sojabohnen und Erzeugnisse daraus

7 = Milch und Erzeugnisse daraus

8 = Schalenfrüchte und Erzeugnisse daraus **

9 = Sellerie und Erzeugnisse daraus

10 = Senf und Erzeugnisse daraus

11 = Sesamsamen und Erzeugnisse daraus

12 = Schwefeldioxid und Sulfite

13 = Lupinen und Erzeugnisse daraus

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

