

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Montag 01.03.2021	<p>“Dörstampt Wuddels” Ostfriesischer Möhreneintopf mit Fleischeinlage</p> <p>7 2,5BE</p>	<p>Hähnchen Cordon bleu * mit Sauce, dazu Broccoli und Salzkartoffeln</p> <p>1(W),7 a/b/4BE</p>	<p>Hackbraten in Sauce mit Kaisergemüse und Salzkartoffeln</p> <p>1(W),7,10 a/3,5BE</p>	<p>Spaghetti “Napoli” * mit Tomatensauce, dazu Parmesan</p> <p>1(W) 9BE</p>
Dienstag 02.03.2021	<p>Kartoffel-Rinder- hackfleisch-Gratin * mit Kartoffelscheiben, Lauch und Zwiebeln in cremiger Sauce mit Käse überb.</p> <p>3,7 2,5BE</p>	<p>Ungarisches Gulasch mit Paprikastreifen und Zwiebeln, dazu Salzkartoffeln</p> <p>1(W) a/3BE</p>	<p>Geflügel- bratwurst * in Geflügelsauce mit Kohlrabi und Kartoffelpüree</p> <p>1(W),7,9 a/3BE</p>	<p>Klassischer Milchreis * mit warmen Kirschrout</p> <p>7 z/9,5BE</p>
Mittwoch 03.03.2021	<p>1 große Rostbratwurst mit brauner Sauce, Sauerkraut und Kartoffelpüree</p> <p>1(W),7,9,10 a/lj/z/3BE</p>	<p>Gebratenes Alaska- Seelachsfilet * mit Kräutersauce, dazu Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln</p> <p>1(W),4,7 5BE</p>	<p>“Ammerländer Hühnersuppen- eintopf” * mit Gemüse und Muschelnudeln</p> <p>1(W),3,7,9 2BE</p>	<p>Omelette * dazu Blattspinat und Salzkartoffeln</p> <p>1(W),3,7 3BE</p>
Donnerstag 04.03.2021	<p>Zucchini-Reispfanne * mit Geflügelhack- fleisch, Zwiebeln, Knoblauch und Kräuter der Provence</p> <p>1(W) a/4,5BE</p>	<p>Paniertes Schweineschnitzel dazu BIO-Rahmerbsen und Salzkartoffeln</p> <p>1(W),7 a/4,5BE</p>	<p>Geflügel- fleischkäse * in Sauce mit Blumen- kohl und Kartoffeln</p> <p>1(W),7 a/b/c/lj/3BE</p>	<p>Lasagne “Colorato” * mit Paprika, Zucchini, Tomate, Zwiebeln, Béchamelsauce und Käse überbacken</p> <p>1(W),3,7 3,5BE</p>
Freitag 05.03.2021	<p>Eintopf mit Rindfleisch * mit Kohlrabi, Möhren, Kartoffelwürfel und Crème légère</p> <p>7 b/c/2BE</p>	<p>“Osterfehtjer Putengulasch” * in Senf-Sahnesauce mit Zwieb., Erbsen, Champig., Petersilie, dazu Salzkartoffeln</p> <p>1(W),10,12 a/b/c/e/3,5BE</p>	<p>Gedünstetes Kabeljaufilet * in Dillsauce mit Broccoli und Kartoffeln</p> <p>1(W),4,7 3,5BE</p>	<p>Frühlingsrolle “Gourmet” * dazu süß-saure Sauce mit Paprikastreifen und Reis</p> <p>1(W),3,6 z/9BE</p>
Samstag 06.03.2021	<p>„Südbrookmerlander Grünkohlsuppe“ mit Schinken- und Kartoffelwürfel, Mettwurstscheiben</p> <p>10 b/c/2,5BE</p>	<p>Gepökelter Bauch mit Sauce, dazu Rosenkohl und Kartoffeln</p> <p>1(W) a/b/c/3BE</p>	<p>Hühnerfrikassee “Bürgerlich” * mit Champignons, Spargelstücken und Reis</p> <p>1(W),7,12 b/c/e/6,5BE</p>	<p>“Retropfanne” * Pastinaken, Knollen- sellerie, Möhren, Zwiebeln, Curry, Topinambur und Vollkornreis</p> <p>1(W),7 7BE</p>
Sonntag 07.03.2021	<p>Spießbraten in Bratensauce, dazu Apfel-Rotkohl und Kartoffeln</p> <p>1(W) a/z/4BE</p>	<p>Lammragout * mit Paprika, Zwiebeln, Möhren, Tomaten, Knoblauch und Thymian, dazu Reis</p> <p>1(W) a/6BE</p>	<p>Putenbraten * in Geflügelsauce mit Kaisergemüse und Kartoffeln</p> <p>1(W) a/3,5BE</p>	<p>Gemüsefrikadelle * mit Sauce Béarnaise, Erbsen und Kartoffeln</p> <p>1(W),3,7,9 5,5BE</p>



	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Montag 08.03.2021	<p>„Landhauspfanne“ * Spätzle mit Geflügelhackfleischbällchen, Paprika, Brechbohnen und Zwiebeln</p> <p>1(W),3,7,9 7,5BE</p>	<p>„Schlemmerschnitzel“ Schweineschnitzel an Sauce Hollandaise, dazu Leipziger Allerlei und Kartoffeln</p> <p>1(W),3,7 4,5BE</p>	<p>3 Hackbällchen in heller Gemüsesauce, dazu Reis</p> <p>1(W),3,7,9 7,5BE</p>	<p>1 Tellerkartoffelrösti * mit Buttermöhren und Kräuterquark</p> <p>1(W),7 5,5BE</p>
Dienstag 09.03.2021	<p>Geschnittene Currywurst in Gewürzketchupsauce, dazu Kartoffelpüree und einen Gurkensalat</p> <p>7 b/c/lj/z/3,5BE</p>	<p>Hühnerfrikassee „klassisch“ * mit Spargelstücken, Champignons und Erbsen, dazu Langkornreis</p> <p>1(W),7,12 b/c/e/6,5BE</p>	<p>Gek. Rindfleisch (Polnische Art) * mit Meerrettichsauce, dazu Fingermöhren und Kartoffeln</p> <p>1(W),7,12 a/c/e/3BE</p>	<p>Wirsing-Lauch-Quiche * mit Käse überbacken</p> <p>1(W),3,7,9 4BE</p>
Mittwoch 10.03.2021	<p>Erbseintopf * mit Geflügelwienlerle</p> <p>9 b/c/j/3BE</p>	<p>„Berliner Bulette“ mit Bratensauce, Rotkohl und Kartoffeln</p> <p>1(W),3 a/z/4,5BE</p>	<p>Gebratenes Buntbarschfilet * in milder Limettenbuttersauce, dazu Kaisergemüse und Salzkartoffeln</p> <p>1(W),4,7 3BE</p>	<p>Tortelloni Tricolore Formaggio * gefüllt mit Käse, Speisequark und Gewürzen, dazu Pestosahnesauce</p> <p>1(W),3,7,8(K),9 8,5BE</p>
Donnerstag 11.03.2021	<p>Spaghetti „Carbonara“ mit Schinken-Sahnesauce</p> <p>1(W),7 b/c/j/6BE</p>	<p>Große Geflügelbratwurst * mit dunkler Sauce, dazu Rahmwirsing und Kartoffeln</p> <p>1(W),7,9 a/3,5BE</p>	<p>Frischer Möhreintopf * mit Geflügelbällchen</p> <p>1(W),3,7,10 3BE</p>	<p>Kartoffel-Gemüseauflauf mit Feta * Zucchini, Tomate, Basilikum, Kräuter und Käse überbacken</p> <p>3,7 3,5BE</p>
Freitag 12.03.2021	<p>„Ostfriesischer Buuskohleintopf“ mit Hackfleisch und Kartoffelwürfel</p> <p>7 2,5BE</p>	<p>Lachs-Lasagne * gefüllt mit Lachs und Blattspinat, Béchamelsauce und Käse überbacken</p> <p>1(W),3,4,7 5BE</p>	<p>Hähnchenschenkel * mit heller Sauce, dazu Risi-Pisi (Reis mit Erbsen &amp; Möhrenwürfel)</p> <p>1(W),7 5BE</p>	<p>Blumenkohl im Backteig * mit Béchamelsauce, dazu Kartoffeln</p> <p>1(W),3,7 6,5BE</p>
Samstag 13.03.2021	<p>Deftige Gyrossuppe mit Paprika, Zwiebeln, Sauerrahm, Knoblauch und ein Brötchen</p> <p>1(W),7 a/3,5BE</p>	<p>Kasslerscheibe mit halben Pfirsich und Käse überbacken, dazu Currysauce und Kartoffeln</p> <p>1(W),7 a/b/c/3,5BE</p>	<p>Schweinegulasch mit Spiralnudeln und Wachsbohnsalat</p> <p>1(W) a/h/6BE</p>	<p>Vegetarisch gefüllte rote Paprikaschote * mit fruchtiger Tomatensauce, dazu Vollkornreis</p> <p>1(W),3,6,7,9,10 6,5BE</p>
Sonntag 14.03.2021	<p>Carréebraten „Jäger Art“ mit Sauce, Mischgemüse mit Pilzen, dazu Knödel</p> <p>1(W) a/3BE</p>	<p>Geschmorte Ochsenbrust * in Bratensauce, dazu grüne Bohnen und Kartoffeln</p> <p>1(W) a/3,5BE</p>	<p>Hähnchenbrust * in Geflügelsauce mit Broccoli, dazu Salzkartoffeln</p> <p>1(W) a/3BE</p>	<p>Gebackene Champignons * an Knoblauchsauce, dazu Rosmarinkartoffeln</p> <p>1(W),3,7 6BE</p>

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Montag 15.03.2021	<p>Geschnetzeltes "Gyros Art" mit Zwiebeln, dazu Tomatenreis und Tzatziki</p> <p>3,7,10 4,5BE</p>	<p>Geflügelfrikadelle * in Bratensauce mit Zwiebeln, dazu Rotkohl und Kartoffeln</p> <p>1(W),3,7,10 a/z/3,5BE</p>	<p>Omelette * mit Spinat und Kartoffelpüree</p> <p>1(W),3,7 2,5BE</p>	<p>"Italienische Tomatensuppe" * mit Frischkäse und Reiseinlage</p> <p>7 2,5BE</p>
Dienstag 16.03.2021	<p>Schweineschnitzel „Balkan Art“ in pikanter Sauce mit Paprikastreifen, dazu Salzkartoffeln</p> <p>1(W) z/5,5BE</p>	<p>Gebratene Hähnchenkeule * mit Geflügelrahm- sauce, dazu Leipziger Allerlei und Stampf- kartoffeln</p> <p>1(W),7 a/3BE</p>	<p>Putengulasch * in Sauce, dazu Möhren und Nudeln</p> <p>1(W) a/3,5BE</p>	<p>Raviolipfännchen * mit Gemüseravi- oli, Zwiebeln, Möhren und Champignons, an Schnittlauchsauce</p> <p>1(W),7 8BE</p>
Mittwoch 17.03.2021	<p>Tortelloni „Tricolore“ * mit Rindfleischfüllung an Tomaten- Parmesansauce</p> <p>1(W),3,7,9 8BE</p>	<p>Paniertes Flunderfilet * an Blattspinat, dazu Salzkartoffeln</p> <p>1(W),4,7 3BE</p>	<p>Kohlrabieintopf mit Fleischeinlage</p> <p>7 2,5BE</p>	<p>3 Kartoffeltaschen "Frischkäse- Kräuter" * mit buntem Gemüse in Käsesauce</p> <p>1(W),7 4,5BE</p>
Donnerstag 18.03.2021	<p>Eisbeinflisch in Bratenfond, dazu Sauerkraut und Salz- kartoffeln</p> <p>1(W) a/b/c/z/3,5BE</p>	<p>Putengeschnetzeltes „Züricher Art“ * mit Champignons und Zwiebeln in Rahm- sauce, dazu BIO-Reis</p> <p>1(W),7 a/6BE</p>	<p>Rinder- geschnetzeltes * mit Blumenkohl und Salzkartoffeln</p> <p>1(W),7 a/3BE</p>	<p>Nudelgratin * mit Erbsen, Möhren, Zucchiniwürfel, Lauchzwiebeln, Béchamel und Käse überbacken</p> <p>1(W),3,7 6,5BE</p>
Freitag 19.03.2021	<p>Westfälische Linsensuppe mit Tellerlinsen, Kartoffelwürfel und Mettendenscheiben</p> <p>9 b/c/3BE</p>	<p>Rinderhacksteak "Texas" vom Grill * mit BBQ-Sauce, dazu Reismix mit Kidney- bohnen, Mais und Paprika</p> <p>1(W),3,10 z/7BE</p>	<p>Gebratenes Seehechtfilet * in Schnittlauchsauce, mit jungen BIO-Erbsen und Kartoffeln</p> <p>1(W),4,7 5BE</p>	<p>Veg. Bratwurst * mit Sauce, dazu Rahmkohlrabi und Salzkartoffeln</p> <p>1(W),3,7 a/4BE</p>
Samstag 20.03.2021	<p>Norddeutscher Fischtopf * mit Zwiebeln, Möhren, Porree, Sellerie, Kohl- rabi, Fenchel, Lorbeer, dazu Kartoffeln</p> <p>1(W),4 3BE</p>	<p>Hackbällchen „Förster Art“ in Champignonrahm- sauce, dazu Möhren- scheiben und Salz- kartoffeln</p> <p>1(W),7,10,12 a/b/c/e/3,5BE</p>	<p>Frikadelle in Sauce mit Schwarz- wurzeln und Kartoffeln</p> <p>1(W),3,7 a/5BE</p>	<p>"Kings Chop-Suey" * mit Sojasprossen, Pa- prika, Porree, Champ., Möhren, Sojasauce, dazu Reis</p> <p>1(W),6 b/6BE</p>
Sonntag 21.03.2021	<p>Bratrippchen in Bratensauce, dazu Rotkohl und Kartoffeln</p> <p>1(W) a/z/3,5BE</p>	<p>Hähnchenbrustfilet * dazu Geflügelrahm- sauce, Rosenkohl und Salzkartoffeln</p> <p>1(W) a/3,5BE</p>	<p>Schweinebraten in Sauce mit Kaiser- gemüse dazu Kartoffeln</p> <p>1(W) a/3,5BE</p>	<p>Grünkern-Käse- Medaillon * in Vollkornsese- panade, helle Sauce, dazu Mischgemüse und Kartoffelpüree</p> <p>1(W,D),3,6,7,9,11 5,5BE</p>



	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Montag 22.03.2021	 <b>Spaghetti „Bolognese“</b> mit Hackfleischsauce  1(W) 8,5BE	 <b>„Upstövt Kohlrobi mit Balkles“ *</b> Kohlrobi in Mehlschwitze mit Geflügelhackbällchen, dazu Kartoffeln  1(W),3,7 4BE	 <b>Putensteak *</b> mit Sauce, dazu Leipziger Allerlei und Langkornreis  1(W) a/7BE	  <b>Käse-Rösti *</b> mit Ratatouille, fein abgeschmeckt mit Kräutern der Provence  7 3BE
Dienstag 23.03.2021	 <b>Käsespätzle mit Speck</b> Pfannengericht mit geräucherten Speckwürfel, Sahne, Käse und Zwiebeln  1(W),3,7 b/c/7BE	 <b>Gebratene Putenbrust *</b> in Geflügelrahmsauce mit Broccoli, dazu Salzkartoffeln  1(W) a/3BE	 <b>Geflügelbratwurst *</b> mit Sauce, dazu Blumenkohl und Kartoffeln  1(W),7,9 a/3BE	  <b>5 Canneloni „Ricotta-Spinaci“ *</b> Eiernudelteig mit Ricotta und Spinat, dazu Spinat-Käsesahnesauce  1(W),7 6,5BE
Mittwoch 24.03.2021	 <b>Käse-Lauch-Eintopf</b> mit Hackfleisch und Kartoffelwürfel  1(W),7 2BE	 <b>Hähnchenschnitzel „Jäger Art“ *</b> mit Champignonrahmsauce, dazu jungen BIO-Erbesen und Salzkartoffeln  1(W),7,12 a/b/c/e/5,5BE	 <b>Gedünstetes Kabeljaufilet *</b> an Dillsauce, dazu Salzkartoffeln und einen Blattsalat  1(W),3,4,7,10 3,5BE	  <b>Patros-Pfanne *</b> mit Fetakäse, Paprika, Zucchini und Auberginen und frittierte Kartoffelwürfel  7 3,5BE
Donnerstag 25.03.2021	  <b>„Chili sin Carne“ *</b> mit Sojahackfleisch, Mais, Zwiebeln, Paprika und Kidneybohnen, dazu Reis  1(W),6,7 6BE	  <b>Quinoa-Erbesen-Frikadelle *</b> mit heller Rahmsauce, dazu Möhrenscheiben und Kartoffeln  1(W),7,9 a/4,5BE	 <b>Hackbraten</b> in Sauce mit Broccoli und Salzkartoffeln  1(W),10 a/3,5BE	  <b>Hausgemachte Reibekuchen *</b> 3 herzhafte Kartoffelpuffer mit Apfelmus  1(W),3 c/7,5BE
Freitag 26.03.2021	 <b>„Münsterländer Wirsing Eintopf“</b> mit Kartoffelwürfel und Mettwurstscheiben  7 b/c/3BE	 <b>Backfisch *</b> mit Rahmerbsen und Kartoffeln  1(W),4,7 4,5BE	 <b>Lebergeschnetzeltes</b> in Apfelsauce, dazu Kartoffelpüree und ein Möhrensalat  1(W),7 a/3BE	  <b>Maultaschen *</b> mit Spinat-Käsefüllung in Frischkäsesauce mit Frühlingszwiebeln  1(W),3,7 8,5BE
Samstag 27.03.2021	 <b>Kasslerpfanne „Hawaii“</b> mit Ananasstückchen, Zwiebeln und Currysauce, dazu Reis  1(W),7,12 a/b/c/e/6,5BE	 <b>Große Geflügelbratwurst *</b> in brauner Sauce, dazu Weißkohlgemüse und Salzkartoffeln  1(W),7,9 a/3,5BE	 <b>„Hausgemachte Kartoffelsuppe“</b> mit eingesnittener Wurst  7,9 b/c/3BE	  <b>Vegetarische Kohlroulade *</b> in Kümmelsauce, dazu Salzkartoffeln  1(W),3,9,10 a/4BE
Sonntag 28.03.2021	 <b>Klassischer Hackbraten</b> mit Bratensauce, Rotkohl und Salzkartoffeln  1(W),10 a/z/4,5BE	 <b>„Dänischer Filetbraten“ (Pute) *</b> in Senfsauce mit Estragon, Frischkäse und ganzen Champignons, dazu Risi-Pisi  1(W),7,10 5,5BE	 <b>Sauerbraten vom Rind *</b> in Sauce mit Schwarzwurzeln, dazu Salzkartoffeln  1(W),7 a/4BE	  <b>„Buntes Gemüseragout“ *</b> in feiner Kerbelsauce, dazu Langkornreis  1(W),7 6,5BE

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Montag 29.03.2021	Mecklenburger Graupensuppe * mit Suppengrün und Rindfleisch  1(G),9 5BE	Ostfriesische dicke Bohnen mit Mettenden und Salzkartoffeln  1(W),7 b/c/3,5BE	Hähnchenschenkel * mit Sauce, dazu Möhren und Salzkartoffeln  1(W) a/3BE	Kartoffel-Gemüseauflauf * mit Hirtenkäse, Zucchini, Tomate, Basilikum, Kräuter und Käse überbacken  3,7 3,5BE
Dienstag 30.03.2021	Schweinenacken in brauner Sauce, dazu Spitzkohlgemüse und Salzkartoffeln  1(W),7 a/3BE	Paniertes Hähnchenschnitzel * mit heller Rahmsauce, dazu Blumenkohl und Salzkartoffeln  1(W),3,7 4,5BE	3 Königsberger Klopse in Kapernsauce, dazu Salzkartoffeln und Rote Bete-Salat  1(W),3,7 h/4BE	Broccoli-Nussecke * mit Kräutersauce, dazu Kartoffelpüree  1(W),3,5,7,8(H) 4,5BE
Mittwoch 31.03.2021	Panierte Bauchscheibe in Bratensauce mit Rotkohl und Kartoffeln  1(W) a/z/5BE	Matjesfilet * dazu grüne Bohnen in Mehlschwitze und Dampfkartoffeln  1(W),4,7 b/3,5BE	„Ammerländer Hühnersuppen-eintopf“ * mit Gemüse und Muschelnudeln  1(W),3,7,9 2BE	BIO-Rigatoni „Zucchini“ * Ital. Tubennudeln mit Zwiebel-, Tomaten-, Zucchini-, Basilikum-Knoblauchsauce  1(W) 7BE

- 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 = koffeinhaltig	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

