	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Sonntag 01.11.2020	**Dicke Rippe** in Kümmelsauce, dazu Rotkohl und Kartoffeln 1(W) a/z/4BE	**Geschmorte Ochsenbrust *** in Bratensauce, dazu Rosenkohl und Kartoffeln 1(W) a/3BE	**Putenbrust *** in Geflügelsauce, dazu Gemüsemix „Eskorial“ und Kartoffeln 1(W) a/3,5BE	**3 Semmelknödel *** mit Champignons á la Creme 1(W),3,7,9,12 b/c/e/6BE
Montag 02.11.2020	**Frikadelle “Unsere Beste”** in Bratensauce, dazu Fingermöhren und Kartoffeln 1(W),3 a/z/4,5BE	**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	**Ricotta-Tortellini *** in Kräuterrahmsauce 1(W),3,7 9BE
Dienstag 03.11.2020	**„Schlemmerschnitzel“** dazu holländische Sauce, Blumenkohl und Kartoffeln 1(W),3,7 4,5BE	**Buntes Geflügel-Paprikaragout *** mit grüner, gelber und roter Paprika, Tomatenmark, dazu Spirelli 1(W),7 a/6,5BE	**Eieromelette *** mit Spinat und Kartoffeln 1(W),3,7 3BE	**Patros-Pfanne *** mit Fetakäse, Paprika, Zucchini, Auberginen und frittierte Kartoffelwürfel 7 3,5BE
Mittwoch 04.11.2020	**3 American Pancakes *** mit Blaubeersauce 1(W),3,7 z/7BE	**Scheibe vom Putenbraten *** Geflügelrahmsauce, dazu Erbsen&Möhren und Kartoffeln 1(W),7 a/3BE	**Gebratenes Kabeljaufilet *** in Senfsauce mit Romanesco und Salzkartoffeln 1(W),4,7,10 3,5BE	**Kartoffel-Gemüseauflauf *** mit Hirtenkäse, Zucchini, Tomate, Basilikum, Kräuter und Käse überbacken 3,7 3,5BE
Donnerstag 05.11.2020	**Panierte Bauchscheibe** in Bratensauce, dazu Rahmwirsing und Salz-kartoffeln 1(W),7 a/5BE	**„Cordon bleu“ vom Schwein** dazu Rahmerbsen und Kartoffelpüree 1(W),7 b/c/3,5BE	**Putengeschnetzeltes*** in Sauce, dazu Möhren und Kartoffeln 1(W) a/3,5BE	**Nudelgratin “Tomate-Mozzarella” *** mit Rigatoni, Knobl.-Sahnesauce, Kirsch-tomaten und Mozza-rella überbacken 1(W),3,7 6,5BE
Freitag 06.11.2020	**Herzhafter Rind-fleisch-Nudel-eintopf *** mit grünen Bohnen und Hörnchennudeln 1(W),3 4BE	**Kutterfisch-frikadelle *** mit Speck-Bohnen in Rahm, dazu Kartoffeln 1(W),4,7 b/c/5,5BE	**3 Kalbfleisch-bällchen *** in brauner Sauce, dazu Kaisergemüse und Salzkartoffeln 1(W),3,10 a/3BE	**Deftige veg. Linsensuppe *** mit einem Brötchen 1(W),9 6BE
Samstag 07.11.2020	**1 grobe Bratwurst** in Bratensauce mit Weißkohlgemüse und Kartoffeln 1(W),7 a/3BE	**1 Frühlingsrolle “Gourmet Huhn” *** mit Hähnchen und Gemüse, dazu gebra-tene Wok-Nudeln in Sojasauce 1(W),3,6,7,9 b/6,5BE	**„Hausgemachte Kartoffelsuppe”** mit eingeschnittener Wurst 7,9 b/c/3BE	**Gemüsepfanne “Toskana” *** Paprika, Zucchini, Zwiebeln, Tomaten-Basilikumsauce an 5 Kartoffelrösti 4,5BE

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Sonntag 08.11.2020	**“Snirtje Braa”** in Bratenfond mit Rotkohl und Salzkartoffeln 1(W) a/z/3,5BE	**„Feiner Ratsherrentopf“ *** Hähnchenfilet in-Rahm-Zwiebel-Pfifferlingsauce, dazu Broccoli u. Kartoffeln 1(W),7 b/c/3,5BE	**Kräuterbraten** in Sauce, dazu Prinzessbohnen und Kartoffeln 1(W) a/3BE	**Gemüsebratling *** in Rahmsauce mit Leipziger Allerlei und Kartoffeln 1(W),3,7,9 5,5BE
Montag 09.11.2020	**„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	**Geflügelbratwurst *** in Geflügelsauce mit Kohlrabi und Kartoffeln 1(W),7,9 a/3,5BE	**Tortelloni Tricolore Formaggio *** gefüllt mit Käse, Speisequark und Gewürzen, dazu Pestosahnesauce 1(W),3,7,8(K),9 8,5BE
Dienstag 10.11.2020	**“Grootheider Stipp”** Mehlschwitze mit Speck, Zwiebeln, grünen Bohnen und Kartoffeln 1(W),7 b/c/4BE	**Kasslerscheibe** mit Bratensauce, dazu Rotkohl und Salzkartoffeln 1(W) a/b/c/z/4BE	**Hackbraten** in Sauce mit Kaisergemüse und Salzkartoffeln 1(W),10 a/3,5BE	**Ravioli “Bruschetta” *** mit Tomaten-Basilikumfüllung, in fruchtiger Tomaten-Parmesansauce 1(W),3,7 7BE
Mittwoch 11.11.2020	**Spaghetti “Carbonara”** mit Schinken-Sahnesauce 1(W),7 b/c/j/6BE	**Merlan Fischfilet (paniert) *** mit Kräutersauce, dazu Erbsen&Möhren und Salzkartoffeln 1(W),4,7 6,5BE	**Geflügelfleischkäse *** in Sauce mit Schwarzwurzeln und Kartoffeln 1(W),7 a/b/c/j/4BE	**1 Tellerkartoffelrösti *** mit Buttermöhren und Kräuterquark 1(W),7 5,5BE
Donnerstag 12.11.2020	**„Berliner Currywurst“** mit Gewürzketchupsauce, dazu Kartoffelpüree und ein Gurkensalat 1(W),7 b/c/j/z/3,5BE	**Hähnchengeschnetzeltes “Mailänder Art” *** Porree, Möhren, Zwieb., Tomaten, Champig., Oregano, dazu Reis 1(W),7 a/5,5BE	**“Ammerländer Hühnersuppeneintopf” *** 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 13.11.2020	**Ungarische Gulaschsuppe** mit Paprika, Zwiebeln und Kartoffelwürfel 1(W) a/2BE	**Geflügelhacksteak “Jäger Art” *** mit Champignonsauce, dazu Spitzkohlgemüse und Kartoffeln 1(W),3,7,10,12 a/b/c/e/3,5BE	**Gedünstete Fischroulade *** in Dillsauce, dazu BIO-Reis und Blattsalat 1(W),4,7,10 7BE	**“Gnocchi ai quattro formaggi” *** Kartoffelklößchen mit 4-Käsesauce 1(W),3,7 9BE
Samstag 14.11.2020	**“Münsterländer Wirsingeintopf”** mit Kartoffelwürfel und Mettwurstscheiben 7 b/c/3BE	**Eisbeinfleisch** in Bratenfond, dazu Sauerkraut und Salzkartoffeln 1(W) a/b/c/z/3,5BE	**Hühnerfrikassee “Bürgerlich” *** mit Champignons, Spargelstücken und Reis 1(W),7,12 b/c/e/6,5BE	**Spitzkohl-Curry (vegan) *** Kartoffeln, Möhren, Zwiebeln, Knoblauch, Curry, Linsen, Chili und Kokosmilch 3BE

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Sonntag 15.11.2020	**Backschinken** mit Zwiebelsauce, Rotkohl und Salzkartoffeln 1(W),10 a/c/z/4BE	**Lammbraten *** in dunkler Sauce mit Prinzessbohnen und Salzkartoffeln 1(W) a/3,5BE	**Putenbraten *** in Geflügelsauce mit Broccoli und Kartoffeln 1(W) a/3BE	**7 Falafel-Kichererbsen-Bällchen *** mit Tomatenragout und buntem Reis 1(W),9 7BE
Montag 16.11.2020	**Spaghetti “Bolognese”** mit Hackfleischsauce 1(W) 8,5BE	**Wirsingroulade** in Specksauce mit Salzkartoffeln 1(W),7 a/b/c/3,5BE	**3 Hackbällchen** in heller Gemüsesauce, dazu BIO-Reis 1(W),3,7,9 7,5BE	**Vegetarisch gefüllte rote Paprikaschote *** mit fruchtiger Tomatensauce, dazu Vollkornreis 1(W),3,6,7,9,10 6,5BE
Dienstag 17.11.2020	**“Ostfriesischer Hüdel” *** Gegarter Hefekloß in Vanillesauce mit warmen Birnenkompott 1(W),3,7 a/z/8BE	**Wirtshausbraten vom Schwein** in Pilzsauce mit buntem Gemüse und Salzkartoffeln 1(W),12 a/b/c/e/3BE	**Hähnchenschenkel *** mit Sauce, dazu Kaisergemüse und Kartoffelpüree 1(W),7 a/2,5BE	**Makkaroniauflauf *** mit Gemüse in Béchamel und Käse überbacken 1(W),3,7 8BE
Mittwoch 18.11.2020	**Schwäbische Maultaschen** mit Hackfleisch gefüllt an Tomaten-Paprikaragout 1(W),3,7 7BE	**Paniertes Putenschnitzel *** mit Rahmsauce, dazu Buttergemüse und Kartoffeln 1(W),7 a/5BE	**Gebratenes Buntbarschfilet *** in milder Currysauce, dazu junge Erbsen und Salzkartoffeln 1(W),4,7 3,5BE	**Hirtenpfanne *** Reisnudeln mit Weißkäse, Tomaten Zwiebeln, Peperoni, Zucchini und Bohnen 1(W),7 7,5BE
Donnerstag 19.11.2020	**Geschnetzeltes “Gyros Art”** mit Zwiebeln, dazu Tomatenreis und Tzatziki 3,7,9,10 4,5BE	**2 große Leberklöße** mit Sauce, dazu Sauerkraut und Stampfkartoffeln 1(W),3,7 z/4,5BE	**Frischer Möhreneintopf** mit Fleischeinlage 7 2BE	**Gemüse-medaillon *** in Sauce Hollandaise, dazu Salzkartoffeln 1(W),3,7,9 4,5BE
Freitag 20.11.2020	**“Steekröwen-eintopf”** Steckrüben mit Kartoffelwürfel und einer Mettwurst 7 b/c/2,5BE	**Paniertes Schollenfilet *** an Rahmspinat, dazu Salzkartoffeln 1(W),4,7 4BE	**Gek. Rindfleisch (Polnische Art) *** mit Dillsauce, dazu Fingermöhren und Kartoffeln 1(W),7 3,5BE	**Ravioli “Gran Duro Pomodoro” * (vegan)** mit würziger Tomatenfüllung, in Tomaten-Basilikumsauce 1(W) 8BE
Samstag 21.11.2020	**Ostfriesische bunte Bohnensuppe** mit Speck und Mettwurstscheiben 9 b/c/3BE	**Bauernfrikadelle** mit brauner Sauce, dazu Rahmkohlrabi und Salzkartoffeln 1(W),3,7 a/4,5BE	**Schweinegulasch** mit Spiralnudeln und Wachsbohnensalat 1(W) a/h/6BE	**Gebackene Champignons *** an Knoblauchsauce, dazu Stampfkartoffeln 1(W),3,7 5,5BE

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Sonntag 22.11.2020	**“Falscher Hase”** klassischer Hackbraten mit Bratensauce, Rotkohl und Salzkartoffeln 1(W),10 a/z/4,5BE	**Wildragout** in Rahmsauce mit Pilzen, dazu Spätzle 1(W),3,12 a/b/c/e/5,5BE	**Hähnchenbrust *** in Geflügelsauce mit Broccoli, dazu Salzkartoffeln 1(W) a/3,5BE	**“Triologie von frischem Gemüse” *** Broccoli, Blumenkohl, Romanesco, mit holländischer Sauce u. Kartoffeln 1(W),3,7 3BE
Montag 23.11.2020	**“Chili con Carne” *** mit Geflügelhackfleisch, Mais, Zwiebeln, Paprika und Kidneybohnen, dazu BIO-Reis 7BE	**Deftiger Grünkohl** mit einer Kochwurst, dazu Salzkartoffeln 1(W),10 b/c/3,5BE	**Rindergeschnetzeltes *** mit Blumenkohl und Salzkartoffeln 1(W),7 a/3BE	**Vollkornmakkaroni “Spinaci” *** mit Spinat-Käsesauce 1(W),7 7BE
Dienstag 24.11.2020	**Lasagne „al Forno“** mit Hackfleisch und Béchamelsauce 1(W),3,7 4,5BE	**Hähnchen „Cordon bleu“ *** mit Sauce, dazu Rahmwirsing und Salzkartoffeln 1(W),7 a/b/4,5BE	**Kohlrabieintopf** mit Fleischeinlage 7 2,5BE	**Gemüsepfanne “Flandern” *** m. gelben u. orangen Möhren, Schwarzwurzeln, Romanobohnen, Kart.scheiben 1(W) 3BE
Mittwoch 25.11.2020	**Pikantes Wurstgulasch** in Tomaten-Paprikasauce mit Spirelli 1(W),7,9,10 b/c/7,5BE	**Gebratenes Lachsfilet *** in Dillsauce, dazu Gemüsejulienne und Kartoffeln 1(W),4,7 3,5BE	**Eieromelette *** mit Spinat und Kartoffeln 1(W),3,7 3BE	**3 Kartoffeltaschen “Frischkäse-Kräuter” *** mit buntem Gemüse in Käsesauce 1(W),7 4,5BE
Donnerstag 26.11.2020	**Klassischer Milchreis *** mit warmen Kirschragout 7 z/9,5BE	**BIO-Polenta-Käseschnitte *** in Cornflakespanade, dazu Käse-Kräutersauce und Kartoffelpüree 1(W),3,7 4BE	**Putengulasch *** in Sauce, dazu Möhren und Kartoffeln 1(W) a/3,5BE	**Vegetarisches Gyros *** aus Soja mit Tomatenreis und Tzatziki 1(W),3,6,7,9,10 7BE
Freitag 27.11.2020	**1 große Rostbratwurst** in Bratensauce mit Sauerkraut und Stampfkartoffeln 1(W),7,9,10 a/j/z/3BE	**Putengeschnetzeltes „Züricher Art“ *** mit Champig. und Zwiebeln in Rahmsauce, dazu Hörnli Nudeln 1(W),3,7 a/6,5BE	**Gedünstetes Seelachsfilet *** in Petersiliensauce, dazu Broccoli und Salzkartoffeln 1(W),4,7 3,5BE	**“Italienische Tomatensuppe” *** mit Frischkäse und Reiseinlage 7 2,5BE
Samstag 28.11.2020	**Kassler-Möhren-Kartoffeleintopf** mit Kasslerstücken, Möhren, Kartoffelwürfel und Zwiebeln b/c/3BE	**Marinierter Schweinenacken** in Sauce, dazu Weißkohlgemüse und Salzkartoffeln 1(W) a/3BE	**Frikadelle** in Sauce mit Prinzessbohnen und Kartoffeln 1(W),3 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
Sonntag 29.11.2020 **1. Advent**	**Schmorbraten** in Thymiansauce, dazu Brechbohnen und Kartoffeln 1(W) a/z/3,5BE	**Burgunder-braten *** (vom Rind) in dunkler Sauce mit Rosenkohl und Kartoffeln 1(W) a/3BE	**Schweinebraten** in Sauce mit Kaiser-gemüse dazu Kartoffeln 1(W) a/3,5BE	**Serviettenknödel *** mit Champignons á la Creme 1(W),3,7,9,12 b/c/e/4,5BE
Montag 30.11.2020	**Deftige Gyrossuppe** mit Paprika, Zwiebeln, Sauerrahm, Knoblauch und ein Brötchen 1(W),7 a/3,5BE	**Paniertes Hähnchenschnitzel *** dazu BIO-Rahmerbsen und Salzkartoffeln 1(W),3,7 4BE	**Putensteak *** mit Sauce, dazu Leipziger Allerlei und Langkornreis 1(W) a/7BE	**Spaghetti “Napoli” *** mit Tomatensauce., dazu Parmesan 1(W),7 b/9BE

- 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 zusätz. 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 Lebensmittel-herstellung (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 über nommen 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)aschu-nüsse, (P)ekannüsse, (Pa)ranüsse, (Pi)stazien, (Ma)cademia- oder Queenslandnüsse

Es kocht: BFM CATERING ...täglich frisch & lecker