

# MENÜPLAN 21.10. bis 27.10.2024 | 43. Woche

	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Vegetarisch	Extra Menü	Kaltmenü	Salat	Beilagen-Salat	Nachtisch
<b>Montag, 21.10.2024</b>	<b>TIPP</b> <b>Serbischer Bohneneintopf</b> mit Rauchfleischwürfeln <sup>(3)</sup> , Speck <sup>(3)</sup> und Zwiebeln, dazu ein Brötchen 84,6 KH* A1, F, I	<b>Hähnchenpfanne „Puszta“</b> mit Tomaten- und Paprikawürfeln, dazu Butterreis 72,0 KH* A1, F, I	<b>Brühpollnische</b> auf Wirsinggemüse, dazu Kartoffelpüree und Senf 19,4 KH* A1, G, I, J	<b>Gemüseplatte „Gärtnerin“</b> verschiedene Gemüse überzogen mit Sauce Hollandaise, dazu Kartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert 57,0 KH* A1, C, G, I	<b>Schnitzel Valdostana</b> mit Schinken <sup>(2)</sup> , Hackfleischsauce und Käse <sup>(1)+(2)</sup> überbacken, dazu Makkaroni und gemischter Salat mit Dressing, Dessert 111,5 KH* A1, F, G, I	<b>Partyfrikadellen</b> mit Kartoffelsalat <sup>(2)+(4)</sup> , dazu eine Portion Senf und ein Brötchen 68,2 KH* A1, C, J	<b>Salat „Athen“</b> Fetawürfel und schwarze Oliven auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing, ein Brötchen 40,1 KH* A, C, G, I, J	<b>Mixsalat</b> mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH*C, G, J	<b>Erdbeerkuchen</b> 40,6 KH* A1, C, G
<b>Dienstag, 22.10.2024</b>	<b>Kleine Hefeklöße natur</b> mit warmen Pflaumenkompott 92,2 KH* A1, C, G	<b>Putengeschnetzeltes</b> mit Champignons, dazu Butterreis, Dessert 65,8 KH* A1, G, I	<b>Hausgemachter Hackbraten</b> In Rahmsauce, dazu Kohlrabigemüse und Kartoffelpüree 44,4 KH* A1, G, I, J	<b>Gemüsefrikadelle</b> mit Rahmsauce, dazu Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> und gemischter Salat mit Dressing 88,8 KH* A1, C, G, I, J	<b>TIPP</b> <b>Forelle „Müllerin“</b> mit Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> und Butter, dazu gemischter Salat mit Dressing, Dessert 50,4 KH* A1, C, G, J	<b>Wiener Würstchen<sup>(3,6,7)</sup></b> mit Nudelsalat und Ketchup 52,1 KH* A1, C, I	<b>Salat „Athen“</b> Fetawürfel und schwarze Oliven auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing, ein Brötchen 40,1 KH* A, C, G, I, J	<b>Mixsalat</b> mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH*C, G, J	<b>Kirsch-Sandkuchen</b> 34,2 KH* A1, C, G, H2
<b>Mittwoch, 23.10.2024</b>	<b>TIPP</b> <b>Paprikaschnitzel</b> mit pikanter Sauce, dazu Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> und Partysalat <sup>(2)+(4)</sup> 73,9 KH* A1, C, G, I, J	<b>Hähnchenbrustfilet</b> mit Champignonrahmsauce, dazu Spiralnudeln, Dessert 73,9 KH* A1, G, I	<b>Geflügelbratwurst<sup>(2)+(7)</sup></b> mit Sauce, dazu Sauerkraut und Kartoffelpüree, Senf 45,4 KH* A1, G, I, J	<b>Brokkoli-Möhren-Reispfanne</b> mit Vollkornreis und gerösteten Mandeln, dazu Schnittlauchsauce 59,4 KH* A1, F, G, H1, I	<b>Bayrischer Leberkäs<sup>(2)</sup></b> auf Sauerkraut <sup>(3)</sup> mit Speck <sup>(3)</sup> , Zwiebelpüree, dazu süßen Senf, Dessert 37,0 KH* G, I, J	<b>Paniertes Schweineschnitzel</b> mit Nudelsalat <sup>(2)</sup> , Salatgarnitur und Senf 65,3 KH* A1, C, G, J	<b>Salat „Athen“</b> Fetawürfel und schwarze Oliven auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing, ein Brötchen 40,1 KH* A, C, G, I, J	<b>Partysalat<sup>(2)+(4)</sup></b> 9,4 KH* I	<b>Rosinenschnecke</b> 63,3 KH* A1, C, F, G, H1, K
<b>Donnerstag, 24.10.2024</b>	<b>Warme Wiener Würstchen<sup>(2)+(6)</sup></b> mit Mischgemüse, dazu Kartoffelpüree, Dessert 59,7 KH* A1, G, I, J	<b>Paniertes Hähnchenschnitzel</b> mit Geflügelsauce, dazu Blumenkohl und Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> 72,8 KH* A1, G, I	<b>TIPP</b> <b>Rinderleber-ragout</b> in Apfel-Zwiebel-Sauce, dazu Kartoffelpüree 38,7 KH* A1, G, I	<b>Vegetarische Gemüsesuppe</b> mit Kartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu ein Brötchen 58,1 KH* A1, F, I	<b>Schweinefilet</b> in Pfefferrahmsauce, dazu Brokkoli und Minikartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert 57,1 KH* A1, F, G, I	<b>Schwarzwälder Quarkpokal</b> mit Vanillequark, Sauerkirschen und Schokostreuseln 89,9 KH* G	<b>Salat „Athen“</b> Fetawürfel und schwarze Oliven auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing, ein Brötchen 40,1 KH* A, C, G, I, J	<b>Mixsalat</b> mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH*C, G, J	<b>Schwarzwälder Kirschschnitte</b> 29,3 KH* A1, C, G
<b>Freitag, 25.10.2024</b>	<b>Partyfrikadellen</b> in würziger Paprikasauce, dazu Kartoffelpüree 62,4 KH* A1, C, G, I, J	<b>Geflügelhacksteak „Big Rib“</b> mit Tomatencreme und Spiralnudeln 96,8 KH* A1, C, G, I, J	<b>Seelachsfilet<sup>(5)</sup> natur</b> mit Gemüsesahnesauce, dazu Kartoffeln <sup>(6)</sup> und Bohnensalat 57,9 KH* A1, D, G, I	<b>Nudelaufauf</b> Spiralnudeln in feiner Spinat-Käsesauce, überbacken mit Gouda <sup>(1)+(2)</sup> 80,9 KH* A1, G, I	<b>TIPP</b> <b>Tafelspitz<sup>(3)</sup></b> mit Apfel-Meerrettichsauce und Leipziger Allerlei, dazu Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert 41,8 KH* A1, F, G, I, L	<b>Bunter Eiersalat</b> mit gekochtem Schinken, dazu ein Brötchen und Butter 43,9 KH* A1, C, G, J	<b>Salat „Athen“</b> Fetawürfel und schwarze Oliven auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing, ein Brötchen 40,1 KH* A, C, G, I, J	<b>grüner Bohnensalat</b> 5,3 KH*	<b>Himbeer-Sahneschnitte</b> 38,8 KH* A1, C, G

Wir wünschen guten Appetit!



**Samstag, 26.10.2024**

**TIPP** **Frischer Linseneintopf**  
mit Wiener Würstchen<sup>(2)+(6)</sup>, Speck<sup>(3)</sup> und Zwiebeln, Dessert  
84,5 KH\* A1, F, I

**Wirsingroulade**  
mit Hackfleischfüllung, dazu Speck-Zwiebelsauce<sup>(3)</sup> und Salzkartoffeln<sup>(6)</sup>, Dessert  
52,3 KH\* A1, C, G, I, J

**Gemüse-Spätzlepfanne**  
in Schnittlauchsauce, dazu Eisbergsalat mit Dressing, Dessert  
65,6 KH\* A1, C, G, I, J

**Sauerbraten vom Jungbullen**  
mit deftiger Sauce, dazu Erbsengemüse und Schupfnudeln, Dessert  
107,3 KH\* A1, F, G, I

Die Menüs werden am Tag der Auslieferung frisch gekocht und sind zum **sofortigen Verzehr** bestimmt. Die TK-Auslieferung erfolgt **ohne** Salatbeilage.  
**Allergene:** Gluten: A1=Weizen; A2=Roggen; A3=Gerste; A4=Hafer; B=Krebstiere; C=Eier; D=Fisch; E=Erdnüsse; F=Soja; G=Laktose; Schalenfrüchte: H1=Mandeln, H2=Haselnüsse; H3=Walnüsse; H4=Cashewnüsse; H5=Pekannüsse; H6=Paranüsse; H7=Pistazien; H8=Macadamianüsse; H9=Queenslandnüsse; 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; 5=kann Gräten enthalten; 6=mit Antioxidationsmittel; 7=mit Phosphat; 8=gewachst; 9=Formfleisch; 10=enthält Alkohol

**Änderungen vorbehalten!**  
Nährwertangaben entnehmen Sie bitte unserer Internetseite: [www.frisch-menü.de](http://www.frisch-menü.de)

EU-Zulassungs-Nr. HE 30376  
\* Kohlenhydrat-Berechnung (KH) bezieht sich auf das Menü ohne Dessert in Gramm (g).

**Sonntag, 27.10.2024**

**Rinderfrikadelle**  
mit Champignon-Sauce, dazu Rosenkohl<sup>(3)</sup> und Salzkartoffeln<sup>(6)</sup>, Dessert  
45,3 KH\* A1, G, I, L

**Rahmgulasch vom Schwein**  
mit Makkaroni, Dessert  
67,5 KH\* A1, F, G, I

**Blumenkohlaufauf**  
mit Salzkartoffeln<sup>(6)</sup>, Dessert  
68,4 KH\* A1, G, I

**TIPP** **Gepökelter Schweinekrukenbraten<sup>(3)</sup>**  
in Schwarzbiersauce<sup>(10)</sup>, dazu Sauerkraut<sup>(3)</sup> und Salzkartoffeln<sup>(6)</sup>, Dessert  
46,8 KH\* A1, I, J

Bestelltelefon Mo.–Fr.: von 7:00 bis 15:00 Uhr  
**0800/750 66 66**  
Gebührenfrei aus dem deutschen Festnetz.