

MENÜPLAN 28.10. bis 03.11.2024 | 44. Woche

	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Vegetarisch	Extra Menü	Kaltmenü	Salat	Beilagen-Salat	Nachtisch
Montag, 28.10.2024	vegetarische Minestrone Italienische Gemüsesuppe mit Nudleinlage, dazu ein Brötchen 61,9 KH* A1, F, G, I	Chinapfanne Hähnchenbruststreifen auf süß-/saurem Gemüse, dazu Basmatireis, Dessert 74,0 KH* F, I	TIPP Schinkenomelett auf Blattspinat, dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 53,2 KH* A1, C, G, I	Schmackhafte Kartoffelpuffer dazu fruchtiges Apfelsmus 85,9 KH* L	Hausgemachte Rinderroulade mit deftiger Sauce, dazu Rotkohl ⁽⁴⁾ und zwei große Thüringer Klöße, Dessert 64,8 KH* A1, I, J	Paniertes Schweineschnitzel mit Kartoffelsalat ⁽²⁾⁺⁽⁴⁾ , Salatgarnitur und Senf 48,5 KH* A1, C, G, J	„Chicken run“ Hähnchen-Nuggets ⁽⁹⁾ auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing und ein Brötchen 51,5 KH* A1, C, G, I, J	Mixsalat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C, G, J	Himbeer-Stracciatella-Sahneschnitte 27,2 KH* A1, C, G, H1
Dienstag, 29.10.2024	Currybockwürstchen⁽²⁾ mit Curryketchupsaucе, dazu Kartoffelpüree 58,2 KH* A1, G, I	Geflügelfrikadellen-Bällchen mit Rahmsauce, dazu Leipziger Allerlei und Butterreis, Dessert 74,3 KH* A1, C, F, G, I, J	Gekochtes Rindfleisch mit Apfel-Meerrettichsauce und Bouillonkartoffeln ⁽⁶⁾ 44,3 KH* A1, G, I	Eieromelett mit Rahmspinat, dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 55,1 KH* A1, C, F, G, I	TIPP Schlemmerfilet⁽⁵⁾ „italiano“ Fischfilet mit Auflage aus Tomatenwürfeln, Zwiebeln und Sauerrahm, dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ und Eisbergsalat mit Dressing, Dessert 54,7 KH* A1, C, D, G, J	Fruchtpokal „Jogger Becher“ Sahnequark mit Früchten, Schokoraspseln und Bircher Müsli 128,4 KH* A1, G, H1, H2	„Chicken run“ Hähnchen-Nuggets ⁽⁹⁾ auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing und ein Brötchen 51,5 KH* A1, C, G, I, J	Eisbergsalat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C, G, J	Apfel-Streuselkuchen 50,8 KH* A1, C, G
Mittwoch, 30.10.2024	Pichelsteiner Gemüsetopf mit Rindfleisch und verschiedenem Gemüse, dazu ein Brötchen 35,3 KH* A1, F, I	Paniertes Schweinekotelett mit Bratensauce, dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ und Brechbohnsalat in saurer Sahne 69,5 KH* A1, G, I	TIPP Frikadelle mit Rahmchampignons, dazu Butterspätzle und gemischter Salat mit Dressing 71,1 KH* A1, C, F, G, I, J	Hausgemachter Milchreis mit Zucker und Zimt, dazu Fruchtcocktail 172,1 KH* G	Schnitzel „Hessische Art“ mit Schmandsauce und Gouda ⁽¹⁾⁺⁽²⁾ überbacken, dazu Minikartoffeln ⁽⁶⁾ und gemischter Salat mit Dressing, Dessert 93,7 KH* A1, C, F, G, I, J	Hausmacher Fleischsalat mit zwei halben Eiern, dazu ein Brötchen und Butter 39,6 KH* A1, C, G, J	„Chicken run“ Hähnchen-Nuggets ⁽⁹⁾ auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing und ein Brötchen 51,5 KH* A1, C, G, I, J	Brechbohnsalat in saurer Sahne 6,3 KH* G	Leckere Nussecke 54,9 KH* A1, C, F, G, H1, H2, I
Donnerstag, 31.10.2024	TIPP Hähnchen-Cordon bleu mit Schinken und Käse gefüllt, dazu Brokkoli und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ 65,3 KH* A1, F, G, I	Bratwurst „Thüringer Art“⁽²⁾⁺⁽⁷⁾ auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree und Senf 45,4 KH* G, I, J	Schweinegulasch mit Rahmsauce, dazu Spiralnudeln und Karotten-Weißkohlsalat ⁽²⁾⁺⁽⁴⁾ 80,3 KH* A1, F, G, I	vegetarische Reissuppe mit Eierstückchen und Gemüseeinlage, dazu ein Brötchen 64,4 KH* A, C, F, G, I	Sommerhaxe (extra verpackt), mit Kartoffel-Krautsalat, Senf, Dessert 32,4 KH* C, J	Heringssalat⁽⁵⁾ mit Roter Bete, Äpfeln, Zwiebeln und Gurken, dazu ein Brötchen und Butter 51,3 KH* A1, C, D, G, I, J	„Chicken run“ Hähnchen-Nuggets ⁽⁹⁾ auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing und ein Brötchen 51,5 KH* A1, C, G, I, J	Karotten-Weißkohlsalat⁽²⁾⁺⁽⁴⁾ 13,6 KH*	Donauwelle 27,3 KH* A1, C, G
Freitag, 01.11.2024	Gefüllte Paprikaschote mit Tomaten-Kräuter-Sauce, dazu Reis, Dessert 73,1 KH* A1, C, F, I	Schmackhafte Lachswürfel⁽⁵⁾ in Sahnesauce mit Gemüsestreifen, dazu Bandnudeln 64,5 KH* A1, D, G, I	Leckeres Krautfleisch Gehacktes mit Weißkohl, dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ 63,2 KH* A1, G, I	Gemüsefrikadelle mit Sauce Hollandaise und Salzkartoffeln, Dessert 76,4 KH* A1, C, G, I	Thüringer Rostbrätel Nackensteak mit Schwenkzwiebeln, dazu Bratkartoffeln ⁽⁶⁾ und gem. Salat mit Dressing, Dessert 64,8 KH* A3, C, G, I, J, L	Krabbencocktail⁽²⁾ mit Champignons und Spargel, dazu ein Brötchen und Butter 48,5 KH* A1, B, C, G, J	„Chicken run“ Hähnchen-Nuggets ⁽⁹⁾ auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing und ein Brötchen 51,5 KH* A1, C, G, I, J	Mixsalat mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH* C, G, J	Rhabarber-Erdbeerkuchen 40,0 KH* A1, C, G
Samstag, 02.11.2024	TIPP Hausgem. Grünkohleintopf mit Karotten, Kartoffeln und Rauchendenscheiben ⁽²⁾⁺⁽³⁾ , Dessert 56,6 KH* A1, I, J	Putenfrikassee in Sauce Hollandaise mit Spargelstückchen, dazu Gemüseris, Dessert 67,6 KH* A1, F, G, I	Mediterranes Ratatouillegemüse mit buntem Reis, dazu Eisbergsalat mit Dressing, Dessert 86,4 KH* A1, C, F, G, I, J	Schweinefilet „Westmoreland“ mit Mixed-Pickles-Sauce, dazu Erbsengemüse und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 64,6 KH* A1, G, I, J	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=Erdrüsse; 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 EU-Zulassungs-Nr. HE 30376 * Kohlenhydrat-Berechnung (KH) bezieht sich auf das Menü ohne Dessert in Gramm (g).		
Sonntag, 03.11.2024	Schweinebraten in deftiger Sauce, dazu Rotkohlgemüse ⁽⁴⁾ und Thüringer Klöße, Dessert 68,1 KH* A1, G, I	Kasselerrücken⁽³⁾ mit Sauce, dazu Rotkohlgemüse ⁽⁴⁾ und Thüringer Klöße, Dessert 60,8 KH* A1, G, I	Vegetarische Gemüsemaultaschen in Kräuterrahmsauce, Dessert 71,2 KH* A1, C, G, I	TIPP Großer Grillteller mit Bratwürstchen ⁽²⁾⁺⁽⁷⁾ , kleinen Frikadellen und Spießbraten, dazu Paprika/Tomatensauce und Djuvecris, Dessert 76,0 KH* A1, C, F, I, J	Bestelltelefon Mo.–Fr.: von 7:00 bis 15:00 Uhr ☎ 0800 / 750 66 66 <i>Gebührenfrei aus dem deutschen Festnetz.</i>				

Wir wünschen guten Appetit!

