



Volksolidarität
Essen auf Rädern

TH 03515
EG

SPESIENPLAN für die Woche vom 06.05. - 12.05.2024

99091 Erfurt

Tel: 0361 / 2606107 Fax: 6537094

19. Woche

Kundenname:
Tour:



Allergene:
A = Gluten
a1 = Weizen, a2 Roggen
a3 Gerste, a4 Hafer
B = Krebstiere
C = Eier
D = Fisch:
E = Erdnüsse
F = Soja
G = Laktose
h1 = Mandeln,
h2 Haselnüsse
h3 Walnüsse
h4 Kaschunüsse
h5 Pecannüsse
h6 Paranüsse
h7 Pistazien
h8 Macadamia
I = Sellerie
J = Senf
K = Sesamsamen
L = Schwefeldioxid
M = Lupinen
N = Weichtiere
X = kann Spuren von
Allergenen enthalten

MENÜ 1 (auch als Mini) (ohne Kennzeichnung)

MENÜ 2 (rot gekennzeichnet)

MENÜ 3 Schonkost (schwarz gekennzeichnet)

06.05. Mo Nudeleintopf mit Rindfleisch und frischem Gemüse, dazu 1 Brötchen, Dessert a1,F,G,I,F

Schnittbohngemüse, 9 mit Kasselerwürfel, dazu Salzkartoffeln, Dessert a1,F,G,I

Fleischkäse auf Rahmspinat 10, dazu Kartoffeln Dessert, a1,F,G,I 3,0 BE
Eiw. 31
Fett 20
KH 41
KJ 2045
Kcal 489

07.05. Di Thüringer Bratwurst, 4 mit Soße, Sauerkraut 5 und Salzkartoffeln a1,F,I

2 Backfischhappen mit Senf-Kräuter-Soße, Salzkartoffeln und Krautsalat a1,F,G,I

Zucchinipfanne mit Rindfleisch und Zucchini in Tomatens. 5, 10 Nudel, Obst a1,F,I 4,0 BE
Eiw. 35
Fett 17
KH 38
KJ 2201
Kcal 524

08.05. Mi 3 Hefeklöße mit heißen Zimtpflaumen, Obst a1,C,G

Rahmschnittzel mit Rahmsöße, dazu Salzkartoffeln und Gurkensalat, a1,F,G,I,C

3 Königsberger Klöße mit Kapernsoße 10, Kartoffeln, dazu Rote Beete Salat 5 a1,C,F,G,I 3,0 BE
Eiw. 38
Fett 22
KH 51
KJ 2764
Kcal 656

09.05. Do Himmelfahrt

Kasselerkambraten mit Soße 10, dazu Erbsengemüse Salzkartoffeln, Obst a1,F,G,I,J

Gegrillte Hähnchenkeule a1,C,F,G,I,J im Geflügelsoße 10, buntes Karottengemüse u. Kart., Obst 3,0 BE
Eiw. 32
Fett 19
KH 38
KJ 2433
Kcal 583

10.05. Fr Zwiebelhacksteak mit Soße, dazu Bohngemüse und Kartoffelpüree a1,C,F,G,I,J

Seelachsgrillfilet auf Ratatouille Gemüse, dazu Reis und Obst a1,F,G,I

Putengulasch mit Champignons dazu Spiralen und Obst a1,G,I,J 3,5 BE
Eiw. 40
Fett 21
KH 36
KJ 2112
Kcal 504

MENÜ 2 (auch als Mini)

MENÜ 3 Schonkost

BE- Berechnung bezieht sich nur auf Sättigungsbeilage und Dessert

11.05. Sa Schweinegeschnetzeltes mit Champignons, Spätzle, dazu Kraut-Salat, Dessert, a1,F,G,I,C

Möhreneintopf mit 2 Wiener Würstchen 4, Kartoff. u. Gartenkräut., Dessert a1,F,G,I 3,0 BE
Eiw. 17
Fett 19
KH 38
KJ 1657
Kcal 393

- 1 = mit Farbstoff
- 2 = mit Konservierungsstoff
- 3 = mit Geschmacksverstärker
- 4 = mit Phosphat
- 5 = mit Süßungsmittel
- 6 = mit Antioxidationsmittel
- 7 = gewachst
- 8 = kann Gräten enthalten
- 9 = mit Nitritpökelsalz
- 10 = gebunden mit Johanniskeimrucht oder Guarkeimehl

Guten Appetit!
Änderungen vorbehalten.
Essen zum Verzehr
am selbigen Tag.

12.05. So Cordon Bleu vom Schwein mit Soße, Kohlrabigemüse und Kartoffeln, dazu Kompott, a1,C,F,G,I,J

Rinderbraten mit Soße 10, dazu Leipziger Allerlei, Serviettenkn., Kompott, a1,C,F,G,I,J 3,0 BE
Eiw. 43
Fett 18
KH 48
KJ 2445
Kcal 581

Hergestellt von:
Menü Express
Gotha GmbH
& CO KG

MENÜ 4 Kaltmenü

(grün gekennzeichnet)

MENÜ 6 Vegetarisch

(gelb gekennzeichnet)

MENÜ 7 Sondermenü

Mo mit Fleischwurst u. Zwiebeln, dazu Baguettebrötchen und Butter, Dessert, a1,G

Gemüsefrikadelle, a1,C,F,G,I,J mit Rahmsoße u. Petersilienkartoffeln, Eisbergsalat mit Dressing, Dessert

Hähnchenbrust natur mit Gorgonzolasoße und Reis Eisbergs, Dressing Dessert, 9, a1,G,I,J

Di **Hähnchenbruststreifen** auf frischem Waldorfsalat, Baguette-Brötchen und Butter a1,C,G,I,J

Kartoffelaschen a1,F,G,I,J mit Frischkäse gefüllt, Tomatensoße, Butternudeln und Krautsalat, Dessert

Krustenbraten mit Soße dazu 2 Th Klöße und Krautsalat, Dessert a1, G,I,J

Mi **Salatplatte** mit verschiedenen Salaten und Party-Frikadellen, Saure Sahne-Dressing, a1,G

Röhrei mit Rahmspinat und Salzkartoffeln, Dessert, a1,C,F,G,I,J

Gebackene Kalbsleber mit Apfel-Röstzwiebelsoße dazu Püree und Gurkensalat, Dessert, 9, a1,I,J,G

Do

Himmelfahrt

Fr **Tortellini – Salat**, a1,C,G,I,J mit Schinkenstreif., Tomaten und Lauch, dazu Baguettebrötchen, Butter, Obst,

Apfelstrudel mit heißer Vanillesoße dazu Obst,a1,G

Schweinesteak mit Tomaten-Zucchini Gemüse überbacken dazu Grüne Bandnudel, Dessert a1,F,G,I,J

19. Woche

Täglich
Von

Mo. Di. Mi. und Freitag

MENÜ 5

Salatpokal a1,G,C

mit frischen Salaten der Saison u. Mozzarella, Kirschkern, Sojasprousen, Croutons, Peperoni dazu Saure- Sahne- Dressing, 1 Brötchen

MENÜ 8

Thüringer Rostbrätl

mit Zwiebelsoße dazu Kartoffelsalat (kalt getrennt verpackt) a1,F,G,I,J,C

Mo. Di. Mi. und Freitag

Guten Appetit

Änderungen vorbehalten

Abendbrot vom 06.05. bis 12.05.2024

Änderungen vorbehalten

Mo

Hausgemachter Fleischsalat
mit 2 halben Eiern, 2 Scheiben Mischbrot
und Butter _{A, C, G, J}

Di

Hausgem. Wurstplatte (3 Sorten Wurst)
Gewürzgurke, 2 Scheiben Mischbrot
und Butter _{A, G}

Mi

Eiersalat
mit Schinkenwürfeln, dazu
1 Baguettebrötchen und Butter _{A, C, G, J}

Do

2 Stück Rollmops
mit Garnitur, dazu 2 Scheiben Vollkornbrot
und Butter _{A, G}

Fr

Schnitzel paniert
mit Kartoffelsalat
_{A, C, G, J}

Sa

Bunter Schichtsalat
mit Chinakohl, Paprika, Lauch, Ei, Schinken
und Schmand, dazu 1 Baguettebrötchen _{A, C, G}

So

Gemischte Käseplatte
verschiedene Sorten Käse, dazu 2 Scheiben
Pumpernickel und Butter _{A, G}

- 1 = mit Farbstoff
- 2 = mit Konservierungsstoff
- 3 = mit Geschmacksverstärker
- 4 = mit Phosphat
- 5 = mit Süßungsmittel
- 6 = mit Antioxidationsmittel
- 7 = gewachst
- 8 = kann Gräten enthalten
- 9 = mit Nitrit/Pökelsalz
- 10 = gebunden mit Johannisfernmehl oder Quarzkernmehl

Name: _____ Tour: _____

Abendbrot vom 06.05. bis 12.05.2024

Änderungen vorbehalten

Mo

Hausgemachter Fleischsalat
mit 2 halben Eiern, 2 Scheiben Mischbrot
und Butter _{A, C, G, J}

Di

Hausgem. Wurstplatte (3 Sorten Wurst)
Gewürzgurke, 2 Scheiben Mischbrot
und Butter _{A, G}

Mi

Eiersalat
mit Schinkenwürfeln, dazu
1 Baguettebrötchen und Butter _{A, C, G, J}

Do

2 Stück Rollmops
mit Garnitur, dazu 2 Scheiben Vollkornbrot
und Butter _{A, G}

Fr

Schnitzel paniert
mit Kartoffelsalat
_{A, C, G, J}

Sa

Bunter Schichtsalat
mit Chinakohl, Paprika, Lauch, Ei, Schinken
und Schmand, dazu 1 Baguettebrötchen _{A, C, G}

So

Gemischte Käseplatte
verschiedene Sorten Käse, dazu 2 Scheiben
Pumpernickel und Butter _{A, G}

- 1 = mit Farbstoff
- 2 = mit Konservierungsstoff
- 3 = mit Geschmacksverstärker
- 4 = mit Phosphat
- 5 = mit Süßungsmittel
- 6 = mit Antioxidationsmittel
- 7 = gewachst
- 8 = kann Gräten enthalten
- 9 = mit Nitrit/Pökelsalz
- 10 = gebunden mit Johannisfernmehl oder Quarzkernmehl