

Menü Mobil

Ihre regionale Frische

Sehr geehrte Damen und Herren, als Speisenanbieter sind wir stets bestrebt, mit unseren Leistungen auf Ihre Bedürfnisse und Wünsche einzugehen und uns weiterzuentwickeln. Für uns ein Zeichen, Ihre Wünsche und Erwartungen an eine gesunde Ernährung erfüllt zu haben. Aus diesem Grund haben wir uns für eine -Zertifizierung entschieden und bieten Ihnen ab dem 1.10.2020 im vegetarischen Menü eine Bio-Komponente **ohne Mehrpreis** an.
Beste Grüße aus Vogelsberg von
Menü Mobil «Ihre regionale Frische» GmbH



*Änderungen, Irrtümer und Druckfehler vorbehalten.

Allergene

1) mit Geschmacksverstärker; 2) mit Antioxidationsmittel; 3) mit Farbstoff; 4) mit Konservierungsstoff; 5) mit Süßstoff; 6) mit Phosphat; 7) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel; A) Alkohol; B) Schweinefleisch; C) mit Rindfleisch a) glutenfrei; Getreide; a1) Weizen; a2) Roggen; a3) Gerste; a4) Hafer; b) Krustentiere; c) Eier; d) Fische; e) Erdnüsse; f) Sojabohnen; g) Milch; h) Schalenfrüchte; i) Sellerie; j) Senf; k) Sesamsamen; l) Schwefeldioxid und Sulfite > 10 mg/kg; m) Lupinen; n) Weichtiere. Spuren von Allergenen lt. EU LMV Nr. 1169/2011 können allerdings aus technologischen Gründen nicht ausgeschlossen werden. In einer Großküche sind prozessbedingte Kreuzkontaminationen aller 14 Hauptallergene unvermeidbar und lassen sich trotz sorgfältigster Reinigung, Prozessführung und Überwachung sowie auch seitens der vorgelagerten Produktionsstufen unserer Vorlieferanten nicht vollständig ausschließen.

Bestellschluss

Wochentags: Zubestellungen bis Vortag (Mo-Fr) 10:00 Uhr
Wochenende: Zubestellungen bis Mittwoch 08:00 Uhr
Abbestellungen: Mo-Fr bis 07:45 Uhr am selben Tag

Die Speisen für das **Wochenende** liefern wir Ihnen Freitags tiefgekühlt an. Haltbarkeit:
• tiefgekühlt: 14 Tage bei -18 Grad Celsius
Die Alu-Assietten können nach Abnahme des Deckels in der Mikrowelle erhitzt werden.
Wir wünschen guten Appetit.

Erwärmungshinweise | Aluminium-Assietten (tiefgekühlt)

- Backofen:
1. Backofen auf 150 Grad vorheizen.
 2. TK-Alu-Assiette mit Deckel in den Ofen stellen. (mittlere Schiene)
 3. Ober/Unterhitze 50-60 min. Umluft 40-50 min. Mikrowelle:
1. Aluminiumdeckel entfernen.
 2. Mit mikrowelleneigneter Haube abdecken.
 3. Bei 800 Watt, 10-15 min. erhitzen.
- Je nach Gerät/Leistung muss die Zeit angepasst werden.

So erkennen Sie unsere - Kennzeichnung

Wo drauf steht, ist auch drin. Mit der -Komponente, die mit dem -Siegel gekennzeichnet ist, stellen wir sicher, dass gemäß den Regelungen der EG-Öko-Verordnung hergestellt worden ist. (Kontrollstelle Grünstempel DE-ÖKO-021)

Ernährungspfad nach den Richtlinien der Deutschen Gesellschaft für Ernährung

Datum	Menü 1 / Seniorenteller (STM) M1 6,20 € STM1 5,90 €	Menü 2 / Seniorenteller (STM) M2 6,60 € STM2 6,30 €	Menü 3 M3 7,80 €	V1 - vegetarisch Veg 6,60 €	Leichte Kost (Angaben pro 100g) LeiKo 6,30€	Salat Sa 6,50 €	Kaltgericht Ka 5,95 €
Mo 02.10.2023	Nudelsuppe mit Geflügelfleisch (a, a1, c, f, k, m) dazu Vollkornbrot (a, a1, a2, k)	Schweinegeschnetzeltes (3, B, a, a1, a2) "Gyros Art" mit Vollkornspirelli (a, a1, c, k, m)	Paprikaschote (a1, c) gefüllt mit Hackfleisch dazu Bratensoße (B, a1, a, g, i) und Kartoffeln	Vegetarische Bolognese (a, a1, g, i) mit Vollkornspirelli (a, a1, c, k, m) dazu Käse (g)	Vegetarische Bolognese (a, a1, g, i) mit Vollkornspirelli (a, a1, c, k, m) dazu Käse (g) (157,9 kcal / 1,8 BE)	Salat „Feinschmecker“ Eisbergsalat, Gurke, Mais, Kidney-Bohnen, Gemüsenuggets (a, a1, a2, c, g, i, j) und Ei (c) mit Hausdressing (a, g)	Vollkornbaguette (a, a1, a2, a3, a4) Tomate-Mozzarella mit Kräuter-Remoulade (g, i, j)
Di 03.10.2023	Hirschbraten an einer Waldpilz-Rahmsoße dazu Rotkohlgemüse und Kartoffeln (a, g, i, j)	Tag der deutschen Einheit Die Lieferung für den Feiertag erfolgt am Montag, den 02.10.2023 Bestellschluss: 29.09.2023, 10 Uhr.					
Mi 04.10.2023	Deftige Erbsensuppe mit Wiener (B, a, g, i, j) und Vollkornbrot (a, a1, a2, k)	Panierte Geflügeljagdwurstscheibe (2, 4, a, a1, c, g, i, j) mit Nudeln (a, a1, c, f) und Tomatensoße (3, a, a1, g)	Gekochter Tafelspitz vom Rind mit einer Petersilien-Meerrettich-Soße dazu Wickelklöße (C, a, c, g, i, j)	Bunte Nudeln (a, a1) mit fruchtiger Tomaten-Mozzarella-Soße (3, a, g, i) dazu Bio-Obst	Bunte Nudeln (a, a1) mit fruchtiger Tomaten-Mozzarella-Soße (3, a, g, i) dazu Bio-Obst (142 kcal / 1,9 BE)	Nudel -(a, a1, c) Gurken - Rucolasalat mit Hähnchenbrust und Hausdressing (c, g, i, j)	Geflügelsalat mit Champignons und Mandarine dazu Mixsalat und ein Vollkornbrötchen (a, a1, a2, g, i, j)
Do 05.10.2023	Weißkohleintopf mit Kasslerfleisch (1, 2, 4, 6, B, L, j) dazu Brot (a, a1, a2, k)	Bratfisch in Backteig (a, a1, d, j) mit Senf-Dill-Soße (a, a1, f, g, i, j) dazu Kartoffelpüree (g) und Rotkohlsalat	Hähnchenbrust in Spinat-Rahm-Soße dazu Bandnudeln (a, c, g, i, j) und Rotkohlsalat	Naturreispfanne mit Mais, Karotten, Blumenkohl und Erbsen dazu Kräutersoße (a, g, i) und Rotkohlsalat	Naturreispfanne mit Mais, Karotten, Blumenkohl und Erbsen dazu Kräutersoße (a, g, i) (119,3 kcal / 1,6 BE)	Bunter Salat mit Tomate & Mozzarella (g), Tomatenscheiben, Mozzarellakugeln, Ei gek.(c), Endiviensalat, Radicchio, Weißkohl, Karotten, mit Balsamicodressing (1, 3, g, 5, j)	Gebratenes Schnitzel (B, a1, c) mit Nudelsalat und Garnitur (4, 3, 5, a2, c, a, g)
Fr 06.10.2023	Gemüseintopf (Kartoffeln, Möhren, Erbsen, Kohlrabi und Blumenkohl) mit Eierstich (c, g, i) dazu Körnerbrot (a1, a2, k)	Gebratene Hähnchenbrust mit Paprika-Sahne-Soße (a, a1, a2, g) dazu Gemüse-Vollkornreis (i)	Gefüllter Schweinebraten mit Bohnengemüse dazu Bratensoße und Kartoffeln (B, a, g, i, j)	Eierkuchen (a, a1, c, g) mit Apfelsmus (z)	Gebratene Hähnchenbrust mit Paprika-Sahne-Soße (a, a1, a2, g) dazu Gemüse-Vollkornreis (i) (182 kcal / 1,8 BE)	Salat „Primus“ mit gebratenen Putenbruststreifen, Eisbergsalat, Tomate, Paprika, Mais, Dill mit Kräuterdressing (c, g, i, j)	Vollkornbaguette mit Butterkäse, Gurke, Tomate, Rucola und Remoulade (a, c, g)
Sa 07.10.2023	Rostbratwurst (2, 4, 6, B, L, j) mit Zwiebelsoße (a1, f, i) dazu Sauerkraut (a, i) und Kartoffeln	08.10.2023					
Mo 09.10.2023	Kohlrabi-Möhreneintopf mit Geflügelfleisch (a, a1, c, i) dazu Vollkornbrot (a1, a2, k)	Buntes Hühnerfrikassee (a, a2, f, g, i) mit Reis	Kabeljaufilet (g) auf cremigen Linsen (a, a1, g, i) dazu Kartoffeln	Quinoa-Erbsen-Frikadelle mit Paprikasoße (a, a1, g, i) dazu Kartoffeln	Buntes Hühnerfrikassee (a, a2, f, g, i) mit Reis (182 kcal / 1,5 BE)	Salat „Menü Mobil“ mit Ei (c), Käse, Eisbergsalat, Gurke, Mais, eingelegerter Kürbis und Hausdressing (c, g)	Vollkornbaguette (a1) mit Putenbrustscheibchen (2, 4, 6), Remoulade (g), bunt garniert
Di 10.10.2023	Kartoffel-Kürbis-Cremesuppe mit Kokosmilch verfeinert dazu gebratene Hähnchenbrustwürfel und Brötchen (a, g, i, j)	Putencurrywurst mit Tomaten-Curry-Soße (3, a, a1, g, i, j) und Kartoffelpüree (g)	Hausgemachte Schweine-roulade (B, a, a1, j) mit Rotkohlgemüse (a, a1, f, i) dazu Zwiebelsoße (a, a1, g, i, j) und Kartoffelklöße	Vollkornnudeln (a, a1) mit cremiger Käse-Schnittlauch-Soße (3, a, a1, f, g) und hausgemachte Quarkspeise (g)	Vollkornnudeln (a, a1) mit cremiger Käse-Schnittlauch-Soße (3, a, a1, f, g) und hausgemachte Quarkspeise (g) (186 kcal / 2,1 BE)	Salat „Venezia“ Blattsalat, Karotten, Paprika, Perlzwiebeln, Hähnchenbruststreifen, Americandressing (2, g)	Baguette (a1) "Hot Dog" mit Würstchen (1, 2, 4, 6, B, g), Ketchup (7), Senf (j), Gewürzgurke (4, 7) und Röstzwiebeln (a1)
Mi 11.10.2023	Reiseintopf mit Blumenkohl, Karotte, Erbse dazu Vollkornbrot (a, a1, g, i, k) und Obst	Hähnchenschenkel mit Soße (3, a, a1, i) dazu Mischgemüse (a, g, i, j) und Kartoffeln	Würzfleisch vom Schwein (B, a, a1, a2, g) mit Pilzen und Kartoffeln dazu Obst	Quarkkeulchen (a, a1, g) mit Vanillesoße (1, a, a1, a2, g)	Reiseintopf mit Blumenkohl, Karotte, Erbse dazu Vollkornbrot (a, a1, g, i, k) und Obst (119 kcal / 1,8 BE)	Spaghettisalat (a, a1, c) mit Schwarzwälder Schinken (6, B) und Tomaten-Joghurdressing (2, g)	Gebratenes Schnitzel mit Kartoffelsalat und Garnitur (4, B, a, a1, g, j)
Do 12.10.2023	Weißer Bohneneintopf mit geräuchertem Bauchspeck dazu Brot (3, 6, B, A, g, i, j)	Seelachsfilet gebacken (a, a1, d) mit Kräutersoße (3, a, a1, f, g, i) und Vollkornreis dazu Farmersalat (a, a1)	Thüringer Rostbrät mit geschmorten Zwiebeln (B, a, i, j) dazu Soße (B, a, g, i, j) und Kartoffeln	Vegetarisches Chili sin Carne (a, a1, g, i) mit Kidneybohnen, Tomate, Mais und Möhre dazu Vollkornreis (i) und Farmersalat (a, a1)	Seelachsfilet gebacken (a, a1, d) mit Kräutersoße (3, a, a1, f, g, i) und Vollkornreis dazu Farmersalat (a, a1) (185 kcal / 1,5 BE)	Salat mit Tomate, Gurke, Ei, Pilze, Käse, Hausdressing (2, 4, B, c, g) und Vollkornbrötchen	Bunter Bohnen-Erbsen-Salat mit Tomaten, Zwiebellauch und Parmesan (g) dazu Vollkornbrötchen (a, a1, a2, a3, a4, k)
Fr 13.10.2023	Kartoffel-Wirsing-Eintopf mit Kassler (1, 2, 4, 6, B, g, i, j) dazu Vollkornbrot (a1, a2, k)	Eierpatty (a, a1, c, g, h) mit Rahmspinat (a, a1, g, i) und Kartoffeln	Geschmorte Kohlroulade mit Soße dazu Kartoffeln (B, a, g, i, j)	Bio-Nudeln (a, a1, c, f, j, k, m) mit einer Tomaten-Paprikasoße (a, g, i, j) dazu Weißkraut-Paprika-Salat	Eierpatty (a, a1, c, g, h) mit Rahmspinat (a, a1, g, i) und Kartoffeln (70 kcal / 0,7 BE)	„Schopskasalat“ Paprika, Tomate, Gurke, Balkankäse (a, a1, g, 2, 4) und einem Vollkornbrötchen (a, a1, a2, a3, a4)	Gebratene Hähnchenbrust mit Nudelsalat und Garnitur (4, a, a1, g, j)
Sa 14.10.2023	Lammhacksteak (a, a1, g, i) mit Soße (a, a1, g, i) dazu Bohnengemüse (a, a1, f, g, i) und Kräuterreis	15.10.2023					
Mo 16.10.2023	Gemüsesuppe (mit Kartoffeln, Karotten, Erbsen, Kohlrabi, Blumenkohl) (3, a, a1, i) dazu eine Scheibe Vollkornbrot (a, a1, a2, k)	Bratwurstpfanne mit Waldpilzen und Erbsen in Rahmsauce dazu Kartoffelbrei mit Röstzwiebeln (B, a, g, i, j)	Seehechtfilet paniert (d) mit Dillsoße (a, a1, f, g) und Kartoffelpüree (3, g)	Grießbrei (a, a1, g) mit Zimt und Zucker dazu Birnenkompott (z)	Gemüsesuppe (mit Kartoffeln, Karotten, Erbsen, Kohlrabi, Blumenkohl) (3, a, a1, i) dazu eine Scheibe Vollkornbrot (a, a1, a2, k) (119 kcal / 1,1 BE)	Salat „Roma“ Eisberg, Tomate, Schinken (B, 6), Mozzarella und Frenchdressing (g)	Gegrilltes Putensteak mit Curryremoulade im Vollkornbrötchen (a, a1, c, g)
Di 17.10.2023	Linsensuppe mit Bockwurst (2, 4, 6, 7, B, a, h, i) dazu Vollkornbrot (a, a1, a2, k)	Gabelspaghetti (a, a1, c, f, j, k, m) mit Bolognese (B, c, a, g, i, j) und Käse (g)	Schnitzel (B, a, c, i) mit Mischgemüse (a, i) dazu Bratensoße (B, a, g, i) und Salzkartoffeln	Rote-Bete-Medaillons (a, a1, c, i) mit Schnittlauchsoße (a, i, g) dazu Salzkartoffeln	Gabelspaghetti (a, a1, c, f, j, k, m) mit Bolognese (B, c, a, g, i, j) und Käse (g) (230 kcal / 2,1 BE)	„Amerikanischer Salat“ Eisbergsalat, Mais, Paprika, Kidney-Bohnen, Tomate, Gurke dazu gebratene Hähnchenbruststreifen und American Dressing (a, g, i, j)	Sylter Heringssalat mit Brötchen und Mixsalat (2, 6, a, a1, a3, c, 4, g, i, j)
Mi 18.10.2023	Spätzle-Gemüse-Eintopf mit Brokkoli, Blumenkohl und Karotte in Rahm (a, c, g, i, j) dazu ein Brötchen (a, a1, a2, k)	Gedünstete Hähnchenbrust mit Tomaten-Frischkäse-Soße (a, a1, g, i) dazu Couscous (a, a1, g)	Wildgulasch mit Waldpilz-Preiselbeersoße (B, a, a1, g) dazu Böhmisches Knödel (a, a1, g)	Vollkornnudeln (a, a1) mit Spinat-Rahmsauce (a, a1, g, i) dazu Vanillepudding (g)	Vollkornnudeln (a, a1) mit Spinat-Rahmsauce (a, a1, g, i) dazu Vanillepudding (g) (146 kcal / 1,9 BE)	„Caesars Chickensalat“, Mozzarella, Parmesan, Croûtons und Hähnchenbrust dazu Hausdressing (5, a, a1, c, g, i)	Chicken Nuggets süß-sauer mit Curry-Reis-Salat und Garnitur (4, 7, a, a1, f, g, i, j)



Mobiler Mittagsservice

Speiseplan

Oktober 2023

vom 02.10.2023 bis 05.11.2023

Kalenderwoche 40-44



Unsere Vorteile:

- Preis inklusive Dessert*, keine Mindestbestellmenge
- **Hausgemacht:** Kartoffelpüree, Kartoffelsalat, Desserts und Salate, keine Lieferkosten
- regionale Lieferanten und Zutaten
- gesunde und abwechslungsreiche Menüs
- Seniorenteller von Menü 1 + 2 (STM) Kleine Portion, kleine Preise!

* laut Menüzusammenstellung

Kunde werden?

- Anfrage per Telefon: 036372/97680 oder Online: www.menuemobil.net
- Öffnungszeiten: Mo- Fr 07:00 Uhr - 14:00 Uhr

App-Bestellung

(Android/ IOS) Im App- oder Playstore unter Menü Mobil.



Kalenderwoche	Datum	Menü 1 / Seniorenteller (STM)	Menü 2 / Seniorenteller (STM)	Menü 3	V1 - vegetarisch	Leichte Kost	Salat	Kaltgericht	
		M1 6,20 € STM1 5,90 €	M2 6,60 € STM2 6,30 €	M3 7,80 €	Veg 6,60 €	(Angaben pro 100g)	LeiKo 6,30€	Sa 6,50 €	Ka 5,95 €
Kalenderwoche 42	Do 19.10.2023	Grüne Bohnensuppe mit Rindfleisch (a, c, e, f, g, i, j) dazu Vollkornbrot (a, a1)	Gebrautes Fischstäbchen mit einer Kräuter-Sahne-Soße (a, a1, e, i) dazu Gemüse-Vollkornreis (j) und Karottensalat mit Kürbiskernen	Kartoffel-Kürbis-Pfanne mit gebackener Hähnchenbrust dazu ein Sauerrahm-Schnittlauch-Dip (a, g, i, j)	Bunte Nudeln (a, c, f, i, k, m) mit Tomaten-Mozzarella-Soße (a, i, g, j) dazu Karottensalat mit Kürbiskernen	Gebrautes Fischstäbchen mit einer Kräuter-Sahne-Soße (a, a1, e, i) dazu Gemüse-Vollkornreis (j) und Karottensalat mit Kürbiskernen (124 kcal / 1,2 BE)	Marinierter Tomatensalat mit Rucola, Gurke, rote Zwiebeln, Fetakäse und Balsamicodressing dazu Vollkornbrötchen (a, a1, a2, i, k)	Backfisch mit hausgemachtem Kartoffelsalat und Garnitur (a, d, e, a1, c, g)	
	Fr 20.10.2023	Buntes Eierfrikassee mit Erbsen und Möhren (a, a2, c, f, g, i, j) dazu Salzkartoffeln und Rotkohlsalat	Hausgemachter Hackbraten (B, a) mit Möhrengemüse (a1, c, f, g, i) dazu Soße (B, a, g, i, j) und Kartoffeln	Lachsfilet (d) mit Kartoffel-Lauch-Tomaten-Ragout (a, a, g)	Blumenkohl-Käsebratling (a1, a, c, g) mit einer Kräuter-Rahm-Soße (a, g, i, j) und Salzkartoffeln	Buntes Eierfrikassee mit Erbsen und Möhren (a, a2, c, f, g, i, j) dazu Salzkartoffeln und Rotkohlsalat (106 kcal / 1,2 BE)	Salat mit Gurke, Tomate, Mais, Paprika und Falafelbällchen dazu ein Aubergine-Joghurt-Dressing (a, c, g, i, j)	Gebirgswurstscheibe (2, 4, 6, a2, B, c, g, j) mit hausgemachten Nudelsalat (a, g, i, j)	
	Sa 21.10.2023	Rindergeschnetzeltes (3, c, a, a1, i, g) "Köstritzer Art" in Schwarzbiersoße (a, a, a1, a2, g, i) mit Spätzle und Bohnensalat	M1 7,60 €			So 22.10.2023	Schweinebraten (B, a) mit pikanter Soße (B, a, a1, i, j) und Bayrisch Kraut (a, a1, i, j) dazu Kartoffeln	So M1 7,60 €	
Kalenderwoche 43	Mo 23.10.2023	Erbseneintopf mit Kartoffelwürfeln, Sellerie und Möhre (a, g, i, j) dazu Wiener (B, 6, a, i, j, g) und Vollkornbrot (a, a1)	Frikadelle (B, a, a1, c, f, g, i) mit Möhrengemüse (a1, c, f, g, i) dazu Kartoffeln und Soße (B, a1, g, i)	Gefüllte Paprikaschote (B, a, a1) mit Bratensoße (a, c, g, i) und Tomatenreis	Gemüsefrikadelle paniert aus Karotten, Erbsen, Kohlrabi (a1, a3, c, f, g, h) mit Kräutersoße (3, a, a1, f, g) und Kartoffeln	Gemüsefrikadelle paniert aus Karotten, Erbsen, Kohlrabi (a1, a3, c, f, g, h) mit Kräutersoße (3, a, a1, f, g) und Kartoffeln (118 kcal / 1,4 BE)	Salatteller mit Kräuterfrischkäsetasche und Joghurt dressing (a, a1, g)	Hausgemachter Geflügelsalat mit Curry und Mandarine dazu bunter Mixsalat und Brötchen (a, g, i, j)	
	Di 24.10.2023	Ungarische Gulaschsuppe (2, 3, 8, a, a1, i) mit Kartoffeln und Gemüseeinlage dazu Brötchen (a1, a2) und hausgemachten Fruchtjoghurt (g)	Nudeln (a, a1, c) und Tomatensoße (a1, i) mit Jagdwurstwürfeln (B, 2, 3, 4, 6, a, i) dazu hausgemachter Fruchtjoghurt (g)	Rinderschmorbraten (c) mit Soße (a, c, g, i) dazu Rotkohlgemüse (a, a1, f, g) und Kartoffeln	Gemüsefrikassee (a1, c, f, g) (Karotten, Erbsen, Mais, Blumenkohl) mit Vollkornreis (j) dazu hausgemachter Fruchtjoghurt (g)	Nudeln (a, a1, c) und Tomatensoße (a1, i) mit Jagdwurstwürfeln (B, 2, 3, 4, 6, a, i) dazu hausgemachter Fruchtjoghurt (g) (210 kcal / 2,3 BE)	Brotsalat mit Eisberg, Tomate, Gurke und Senfdressing (a, a1, g, i, c)	Geflügelwienersalat mit hausgemachtem Nudelsalat und Garnitur (2, a, a1, g, i, j)	
	Mi 25.10.2023	Hefekloße (a, a1, c) mit einer fruchtigen Erdbeer-Kirsch-Soße (3, a, a1, a2, g)	Schweinegulasch (2, 4, 8, a, a1, g, i, j) mit Spirelli (a, a1, c) und Weißkraut-Zucchini-Salat	Rotbarschfilet (a) auf Brokkoligemüse in Sauce Hollandaise (a, a1, a2, g, i) mit Petersilienkartoffeln	Bio-Nudeln (a, a1, c) mit Tomaten-Frischkäse-Soße (a, a1, g, i) dazu Weißkraut-Zucchini-Salat	Bio-Nudeln (a, a1, c) mit Tomaten-Frischkäse-Soße (a, a1, g, i) dazu Weißkraut-Zucchini-Salat (134 kcal / 2,0 BE)	Chinesischer Nudelsalat (a, a1, a2, c, f) mit Sojakernen, Frühlingsrolle (a, a1, a2, k) und Frenchdressing (a, a1, c, i, g)	Baguette mit Thunfisch, Frischkäse, Tomate, Gurke und roten Zwiebeln (a, a1, d, g, i, j)	
	Do 26.10.2023	Gemüseterrine mit Kasserlfilet (3, 6, 8, a, i) dazu Brot (a1, a2, k)	Fischburger (a1, d, g) mit Dillsoße (a, a1, f, g, i) dazu hausgemachtes Kartoffelpüree (g) und Rote-Bete-Apfelsalat (2)	Gefüllter Schweinebraten (B, a1, g, i, j) mit Tomaten, Zwiebeln (a, h, i) dazu Vollkornreis (j) und Rote-Bete-Apfelsalat (2)	Chili sin Carne (Mais, Bohnen, Tomaten, Zwiebeln) (a, h, i) dazu Vollkornreis (j) und Rote-Bete-Apfelsalat (2)	Fischburger (a1, d, g) mit Dillsoße (a, a1, f, g, i) dazu hausgemachtes Kartoffelpüree (g) und Rote-Bete-Apfelsalat (2) (132 kcal / 1,2 BE)	Couscousalat mit Fetakäse, frischem Gemüse und Rucola dazu Joghurt dressing (g)	Baguette mit Hähnchenbrust, Gurke, Tomate, Salat und Sweet-Chilli-Remoulade	
	Fr 27.10.2023	Reiseintopf mit Parboiled-Reis, Karotten, Erbsen, Kohlrabi, Porree, Sellerie, Blumenkohl (a, i) dazu Vollkornbrot (a, a1, a2, k)	Hähnchen-Sahne-Ragout (a, g, i) dazu Spirellinudeln (a, a1, c)	Schweinschaxe (3, 8) mit Rahmsauerkraut und Bratensoße dazu Kartoffeln (B, a, g, i, j)	Rührei (c, g, i) mit Spinat (a, a1, g) und Salzkartoffeln	Hähnchen-Sahne-Ragout (a, g, i) dazu Spirellinudeln (a, a1, c) (210 kcal / 1,9 BE)	Salatteller mit Erdnuss-Hähnchenspieß dazu Joghurt dressing (a, a1, c, i, g)	Asiatische Bowl mit Glasnudelsalat, Frühlingsrolle, süßscharfer Gurkensalat, bunter Salat und Curry-Karotten-Dip (a, a1, g, i, j)	
	Sa 28.10.2023	Rinder-Gemüse-Gulasch (c, a, a1, g, i, j) dazu Böhmisches Knödel (a, a1, g)	M1 7,60 €		So 29.10.2023	Spanferkelrollbraten (B) mit Sauerkraut (a, i) dazu Soße (B, a, a1, g, i) und Kartoffeln	So M1 7,60 €		
Kalenderwoche 44	Mo 30.10.2023	Lintensuppe mit buntem Gemüse (Karotten, Erbsen) (2, 3, 4, 6, 8, a, a1, g, i, h) dazu Bockwurst und Vollkornbrot (a, a3, a4, k)	Bauernroulade vom Schwein (a, i, j, B) mit Bratensoße (a, g, i, j) an Porreeahngemüse (g, i, j) und Kartoffeln	Rindergeschnetzeltes "Stroganoff" (c, a, a1, g) mit Spätzle (a, a1, c, g)	Vollkornnudeln (a, a1) mit Blumenkohloboloneise (a, i) und Reibekäse (g)	Lintensuppe mit buntem Gemüse (Karotten, Erbsen) (2, 3, 4, 6, 8, a, a1, g, i, h) dazu Bockwurst und Vollkornbrot (a, a3, a4, k) (142 kcal / 1,7 BE)	Salat „Feinschmecker“ Eisbergsalat, Gurke, Mais, Kidney-Bohnen, Boulette (6, a1, j, B) und Ei (c) mit Joghurt-Hausdressing (a, g)	Baguette (a1) Tomate-Mozzarella mit Kräuter-Remoulade (g, i, j)	
	Di 31.10.2023	Zwiebelrostbraten vom Schwein mit Bayrisch Kraut dazu Soße und Kartoffeln (B, a, g, i, j)	Reformationstag Die Lieferung für den Feiertag erfolgt am Montag, den 30.10.2023 Bestellschluss: 28.10.2023, 10 Uhr.						
	Mi 01.11.2023	Gräupcheneintopf mit Kasserlfilet dazu Brot (6, 8, a, g, i, j)	Putengeschnetzeltes mit Paprika und Zwiebeln dazu Nudeln (a, c, g, i, j)	Rinderbraten (B, c) in Rotwein-Zwiebelsoße (B, c, a, a1, g) mit Rotkohlgemüse (a, a1, i) und Kartoffeln	Gekochtes Ei (c) in Senfsoße (a, g, i, j) dazu Salzkartoffeln	Gekochtes Ei (c) in Senfsoße (a, g, i, j) dazu Salzkartoffeln (104 kcal / 0,8 BE)	Nudel-Gurken-Rucolasalat (a, a1, c) mit Hähnchenbrust und Hausdressing (c, g, i, j)	Baguette mit Backfisch, Kräuterremoulade, Gurke und Tomate (a, a1, c, d, g)	
	Do 02.11.2023	Käse-Lauch-Creme-Suppe mit Hackfleischbällchen (B, a, a1, c, f, g, i) dazu Vollkornbrot (a, a1, a2, k)	Fischragout (Seelachswürfel natur) in Dillsoße mit bunten Karotten (a, d, i, j, g) dazu hausgemachtes Kartoffelpüree (g) und Bohnensalat	Hähnchen Cordon Bleu (B, a, a1, c, g, j) mit Soße (a, a1) dazu Blumenkohlgemüse (a, a1, i, j) und Kartoffeln	Hörnchennudeln (a, a1, c, f, i, k, m) mit Tomatenfrischkäsesoße (a, a1, g, i, j) und Bohnensalat	Fischragout (Seelachswürfel natur) in Dillsoße mit bunten Karotten (a, d, i, j, g) dazu hausgemachtes Kartoffelpüree (g) und Bohnensalat (175 kcal / 1,4 BE)	Chinesischer Nudelsalat mit Sojasprossen, Curry-Hähnchenspieß und Sweet-Chilidressing (a, a1, c, f, g, k)	Gebrautes Schnitzel (B, a1, c) mit Nudelsalat und Garnitur (a, a1, c, f, i)	
	Fr 03.11.2023	Milchreis (a, g) mit Zucker und Zimt dazu Erdbeerkompott (2)	Rostbratwurst (B, 2, 6, g, i, j) mit Soße (B, a1, i, j) und Kartoffeln	Gebackenes Hühnchen (a, c, g) an lauwarmen Kartoffelsalat mit Merrettich verfeinert (a, g, i, j)	Kartoffel-Kürbis-Pfanne mit Schnittlauchsoße (a, g, i, j) dazu Mixsalat mit Orangendressing (a)	Kartoffel-Kürbis-Pfanne mit Schnittlauchsoße (a, g, i, j) dazu Mixsalat mit Orangendressing (a) (168 kcal / 1,1 BE)	Tomatensalat mit roten Zwiebeln, Rucola und Mozzarella dazu Balsamicodressing (a, g) und Vollkornbrötchen (a, a1, a2, i, k)	Baguette (a, a1) Matjesfilet (g) mit Eisberg, Tomate, Gurke, Zwiebel und Remoulade (c, g)	
Sa 04.11.2023	Rinderhacksteak (c, a, a1, g) mit Bratensoße (a, a1, a2) dazu Bohnengemüse (a, a1, a2) und Kartoffeln	M1 7,60 €		So 05.11.2023	Rinderroulade (c, a, g, i, j) mit Bratensoße (B, a, g, i, j) dazu Rosenkohl (a, g, i, j) und Kartoffeln	So M1 7,60 €			

