



## Speiseplan

Januar | 2024

**Menü Mobil**  
Ihre regionale Frische

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
01.01.2024 05.01.2024	M1	Neujahr	Grüne Bohnensuppe mit Rindfleisch (C, a, a1, a2, i) dazu Brot (a1, a2, a3, a4) und Obst	BIO-Nudeln (a, a1, c, f)  mit Tomatensoße "Napol" (3, a, a1, i) und Apfelmus (2)	Seelachsfilet (a, a1, d, f) mit Dillsosse (a, a1, f, g, i) und Gemüsereis (i) dazu Schokopudding (g)
	M2		Ferien	Ferien	Ferien
06.01.2024 12.01.2024	M1	Nudeleintopf mit bunter Gemüseauswahl, Eierstich dazu Körnerbrot (a, c, f, j, h, m) und Obst	Geflügelhackbraten (2, 4, 7, a, a1, j, c, i) in Bratensoße (a, a1, i) mit buntem Gemüse (Möhre, Erbse, Brokkoli, Blumenkohl) (a, a1, f, g) und Kartoffeln	Königsberger Klopse (B, c, a, a1, g) mit Kapernsoße (a, a1, g, i) und Kartoffeln dazu Rote-Bete-Salat (5)	Gebratenes Fischfilet (a, a1, f, d) mit Butter-Zitronensoße (a, a1, c, g, i) und hausgemachtem Kartoffelpüree (g) und Gurkensalat (a)
	M2	Schweinegulasch (B, a, g, i, j) mit Spirelli (a, a1, c, k) und Obst	Pikanter Kräuterquark (g) mit Gemüse dazu Kartoffeln und Möhrensalat	Blumenkohlbolognese (a, g, i, j) mit Nudeln (a, c, g, i, j) dazu Rote-Bete-Salat (5)	Ravioli (a, a1, c, g, i) in leckerer Tomatensoße (a, a1, i) dazu Gurkensalat (a)
15.01.2024 19.01.2024	M1	Bunte Gemüsesuppe (Lauch, Blumenkohl, Möhre, Kohlrabi, Erbse, Kartoffeln) dazu Vollkornbrot (a, a2, k) und Obst	Gebratenes Putenbrust-Schnitzel mit Erbsen-Maisgemüse dazu Soße und Kartoffeln (a, c, g, i, j)	Wurstgulasch (2, 4, 6, B, a1, i, j) mit Nudeln (a, a1, c, k) und hausgemachte Fruchtquarkspeise (g)	Kutter-Fisch-Frikadelle aus Kartoffeln und Frischkäse (a, a1, d, f, g, k) dazu Dillsosse (a, a1, g, i) und Reis (i, j) sowie hausgemachter Bohnensalat
	M2	Eierpatty (c, g) mit Rahmspinat (a, a1, g, i) dazu Kartoffeln	Curry-Gemüse-Ragout mit Schupfnudeln dazu Karotten-Zucchini-Salat (a, g, i, j)	Möhrenschnitzel (a, c, i, h) mit Kräutersoße (a, a1, g, i) und Kartoffelpüree (g) dazu hausgemachte Fruchtquarkspeise (g)	Bio-Blumenkohlgemüse  in Sauce Hollandaise dazu Kartoffeln und hausgemachter Bohnensalat
22.01.2024 26.01.2024	M1	Erbseneintopf mit Wiener dazu Brot und Obst (B, a, c, i, j, k)	Geflügelfrikadelle (a, c, g, i, j) mit Soße (a, g, i, j) dazu Möhengemüse und Kartoffeln	Panierte Jagdwurst-scheibe (2, 4, B, a, a1, c, g, i) mit Nudeln (a, a1, c, f) und Tomatensoße (3, a, a1, g) und Bio-Obst	Bratfisch in Backteig (a, a1, d, j) mit Senf-Dillsosse (a, a1, f, g, i, j) dazu Kartoffelpüree (g) und Rotkohlsalat
	M2	Vegetarische Bolognese (a, a1, g, i) mit Vollkornspirelli (a, a1, c, k, m) dazu Käse (g) und Obst	Bunte Nudeln (a, a1) mit fruchtiger Tomaten-Mozzarella-Soße (3, a, g, i) dazu Weißkrautsalat	Natureispanne mit Mais, Karotten, Blumenkohl und Erbsen dazu Kräutersoße (a, g, i) dazu Bio-Obst	Gemüsereis mit Paprika dazu Falafelbällchen mit einer fruchtigen Currysoße (a, c, g, i, j, k) und Rotkohlsalat
29.01.2024 02.02.2024	M1	Buntes Hühnerfrikassee (a, a2, f, g, i) mit Gemüse und Reis dazu Obst	Putencurrywurst mit Tomaten-Curry-Soße (3, a, a1, g, i, j) und Kartoffelpüree (g) dazu hausgemachte Fruchtjoghurtspeise (g)	Würzfleisch vom Schwein (B, a, g, i, j) mit Pilzen und Kartoffeln dazu Apfelmus	Seelachsfilet gebacken (a, a1, d) mit Kräutersoße (3, a, a1, f, g, i) und Vollkornreis dazu Farmersalat (a, a1)
	M2	Quinoa-Erbsen-Frikadelle mit Paprikasoße (a, a1, g, i) dazu Kartoffeln und Obst	Vollkornnudeln (a, a1) mit cremiger Käse-Schnittlauch-Soße (3, a, a1, f, g) und hausgemachte Fruchtjoghurtspeise (g)	Zucchini-Möhren-Creme-Suppe (a, g, i, j) Quarkkeulchen (a, a1, g) mit Apfelmus (2)	Vegetarisches Chili sin Carne (a, a1, g, i) mit Kidneybohnen, Tomate, Mais und Möhre dazu Vollkornreis (i) und Farmersalat (a, a1)



Vegetarisch



Schwein



Rind



Huhn



Fisch

Guten Appetit wünscht das Menü Mobil Team!

Telefon: 036372/ 97680

Änderungen vorbehalten

Alle Reisgerichte bestehen aus Parboiled Reis. Standardfett: Rapsöl.

