

MENÜPLAN 21.06. bis 27.06.2021 | 25. Woche

! Bitte beachten Sie unsere **Fischwoche im Extra Menü!**

	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Vegetarisch	Extra Menü	Kaltmenü	Salat	Beilagen-Salat	Nachtisch
Montag, 21.06.2021	Reissuppe mit Vollkornreis, Fleischbällchen, Gemüse und Eierstich, dazu 1 Brötchen 67,7 KH* A1CGI	Eierkuchen mit Vanillesoße, dazu Dessert (vegetarisch) 100,5 KH* A1CG	paniertes Schweineschnitzel mit Rahmsauce, Möhrengemüse und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 59,9 KH* A1CGL	Brokkoli-Nuss-Ecke mit Holländischer Soße und Reis, dazu Dessert 79,3 KH* A1A4H1H2CGFI	Gebratenes Seehechtfilet⁽⁵⁾ auf mediterranen Gemüse, dazu Provenzalische Drillinge und Dessert 41,4 KH* 7,95€ A1A3D	Hähnchen Nuggets mit Nudelsalat und Joghurt Dip 51,3 KH* A1CGJ	Mexikanischer Salat mit Mais, Kidneybohnen, Paprika, Gurken, Tomaten und bunter Salatmischung, dazu French Dressing 30,6 KH* GI	bunte Salatmischung dazu French Dressing 7,9 KH* CG	Himb.-Stracciatella-Schnitte 35,2 KH* A1CGF
Dienstag, 22.06.2021	buntes Hühnerfrikassee mit Reis, dazu Dessert 58,1 KH* A1G	Schweinelachsbraten in Bratensoße, mit Kohlrabi und Kartoffelpüree 39,4 KH* A1GIJ	hausgemachte Gulaschsuppe⁽⁴⁾ mit Rindfleisch, Kartoffeln ⁽⁶⁾ und Tomatenstücken, dazu 1 Scheibe Brot 40,0 KH* A1FI	Blumenkohl mit Béchamelsauce und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 46,6 KH* A1GI	Wildlachsfilet⁽⁵⁾ in Krabbensauce dazu Basmati-Wildreis, Eisbergsalat mit Dressing und Dessert 68 KH* 7,95€ A1BDGI	Hähnchenkeule mit Nudelsalat und Ketchup 51,7 KH* A1CGJ	Mexikanischer Salat mit Mais, Kidneybohnen, Paprika, Gurken, Tomaten und bunter Salatmischung, dazu French Dressing 30,6 KH* GI	Eisbergsalat mit Dressing 7,9 KH* G	Wiener Apfel 36,0KH* A1CGH2H3
Mittwoch, 23.06.2021	Linseneintopf mit 2 Wiener Würstchen ^(2,3,6) und Obst ⁽⁸⁾ 50,5 KH* GI	NEU Zigeuner Hackbraten mit Letschosoße und Bandnudeln, Obst ⁽⁸⁾ 76,3 KH* A1I	Putengeschnetzeltes mit Brokkoli und Reis, dazu Obst ⁽⁸⁾ 52,0 KH* GI	Bandnudeln mit Soja-Bolognese ⁽⁴⁾ , dazu Obst ⁽⁸⁾ 78,0 KH* A1A3FI	Reispfanne „Spanische Art“ mit Alaska-Seelachs ⁽⁵⁾ , Garnelen, Muschelfleisch und zarter Hähnchenbrust, dazu gemischter Salat mit Dressing und Dessert 98,3 KH* 7,95€ A1BDGIJ	Hähnchen Nuggets mit Nudelsalat und Joghurt Dip 51,3 KH* A1CGJ	Mexikanischer Salat mit Mais, Kidneybohnen, Paprika, Gurken, Tomaten und bunter Salatmischung, dazu French Dressing 30,6 KH* GI	bunte Salatmischung dazu French Dressing 7,9 KH* CG	Donauwelle 28,0 KH* A1CG
Donnerstag, 24.06.2021	ital. Tomatenragout mit Kräutern und Makkaroni, dazu Farmersalat (vegetarisch) 81,0 KH* A1I	Chinapfanne (Schweinefleisch mit Chinagemüse), Reis, dazu Dessert 48,6 KH* I	Hähnchenkeule in Geflügelsoße, mit Rotkohl ⁽⁴⁾ und Kartoffeln ⁽⁶⁾ 47,7 KH* A1I	vegetarischer Erbseneintopf mit Grießklößchen, dazu Dessert 77,5 KH* A1CI	Kabeljau⁽⁵⁾ in Senf-Dillsauce dazu Butterkartoffelchen ⁽⁶⁾ , Bohnensalat und Dessert 51,9 KH* 7,95€ A1DGIJ	Hähnchenkeule mit Nudelsalat und Ketchup 51,7 KH* A1CGJ	Mexikanischer Salat mit Mais, Kidneybohnen, Paprika, Gurken, Tomaten und bunter Salatmischung, dazu French Dressing 30,6 KH* GI	Bohnen-salat 7,9 KH* CG	Vanille-Birnenjoghurt 13,6 KH* G
Freitag, 25.06.2021	Gemüseplatte „Naturell“ (Brokkoli, Möhren, Schwarzwurzeln, Bohnen) mit br. Butter, Kartoffelpüree, Obst ⁽⁸⁾ 37,5 KH* A1GI	Hähnchenroulade mit Brokkolifüllung, Soße, Möhrenscheiben und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Obst ⁽⁸⁾ 42,4 KH* A1G	Königsberger Klopse in Kapernsoße, mit Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Rote-Bete-Salat ⁽⁴⁾ 68,1 KH* A1CGIJ	Reisbrei mit Zucker und Zimt, dazu Obst ⁽⁸⁾ 84,2 KH* G	Paniertes Rotbarschfilet⁽⁵⁾ mit Remouladensauce, dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , Feldsalat mit Dressing und Dessert 52,1 KH* 7,95€ A1CDGJ	Hähnchen Nuggets mit Nudelsalat und Joghurt Dip 51,3 KH* A1CGJ	Mexikanischer Salat mit Mais, Kidneybohnen, Paprika, Gurken, Tomaten und bunter Salatmischung, dazu French Dressing 30,6 KH* GI	Feldsalat mit Balsamico Dressing 14,9 KH* FGIL	Käse-Mandarin Kuchen 25,4 KH* A1CG

Samstag, 26.06.2021	westfälische Kartoffelsuppe⁽⁶⁾ mit 2 Wiener Würstchen ^(3,6,7) , dazu Dessert 43,2 KH* A1I	Spaghetti mit Pilzrahmsauce, dazu Dessert 68,8 KH* A1GI	Bratwurst auf Sauerkraut, mit Zwiebelpüree, dazu Senf und Dessert 27,9 KH* A1GIJ
Sonntag, 27.06.2021	Rinderbraten in Soße, mit Rotkohl ⁽⁴⁾ und Klößen, dazu Dessert 60,6 KH* A1FI	Gemüse Schnitzel aus Gartengemüse und Dinkelkörnern, Schnittlauchsoße und Reis, Dessert 78,2 KH* A1GI	Kasslerbraten⁽³⁾ in Bratensoße, mit Bohnengemüse und Kartoffelpüree, dazu Dessert 52,5 KH* GI

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=Sesam; 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.fm-teistungen.de

EU-Zulassungs-Nr. TH 03399
* Kohlenhydrat-Berechnung (KH) bezieht sich auf das Menü ohne Dessert in Gramm (g).

Wir wünschen guten Appetit!



Bestelltelefon Mo. – Fr.: von 7:00 bis 15:00 Uhr
0800/9 62 84-01
 Gebührenfrei aus dem deutschen Festnetz.