

MENÜPLAN 04.10. bis 10.10.2021 | 40. Woche

! Bitte beachten Sie unsere hausgemachte Rinderroulade am Mittwoch im Extra Menü!

	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Vegetarisch	Extra Menü	Kaltmenü	Salat	Beilagen-Salat	Nachtisch
Montag, 04.10.2021	vegetarischer Möhreintopf mit Würfelpommes ⁽⁶⁾ und Petersilie, dazu Dessert 43,4 KH* A1I	gebratene Fleischklößchen mit Soße, Erbsen- und Möhrengemüse, dazu Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 79,9 KH* A1CGI	NEU Schweine-nackensteak in Zwiebelsoße, mit Grünkohl ⁽³⁾ und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 48,0 KH* A1IJJL	Rucola-Süßkartoffel-Schnitte mit Schnittlauchsoße und Püree, dazu Dessert 31,0 KH* A1A3GI	paniertes Schweineschnitzel Champignons à la crème, Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 66,6 KH* A1CGI	Quarktöpfchen⁽²⁾ (Vanillequark mit Erdbeerpüree), dazu Milchbrötchen 90,5 KH* G	Salat „Chicken run“ mit Hähnchennuggets, Gurken, Tomaten, Salatmischung „Hip Hop“ und Ei, dazu Joghurt Dressing 19,6 KH* A1CG	Salat-mischung Hip Hop mit Joghurt Dressing 7,9 KH* CG	Himbeer-Sahne-Schnitte 31 KH* A1CG
Dienstag, 05.10.2021	Currybock-würstchen^(3,6,7) in Currysoße, mit Kartoffelpüree, dazu Weißkrautsalat 65,3 KH* A1GI	Szegediner Gulasch (Schweinefleisch mit Sauerkraut), Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Obst ⁽⁸⁾ 41,1 KH* A1I	Heringsfilet⁽⁵⁾ nach „Hausfrauenart“ in Dill-Sahne, mit Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Obst ⁽⁸⁾ (2 Folien) 56,4 KH* A1CDGIJ	Vollkornnudeln in Gemüse-Sahnesoße, dazu Obst ⁽⁸⁾ 80,9 KH* A1GI	Putenroulade gefüllt mit Speck ⁽³⁾ und Zwiebeln, dazu Soße, Möhrengemüse und Reis, Obst ⁽⁸⁾ 57,0 KH* A1J	Geflügelsalat mit Butter und Baguette 87,6 KH* A1CGJ	Salat „Chicken run“ mit Hähnchennuggets, Gurken, Tomaten, Salatmischung „Hip Hop“ und Ei, dazu Joghurt Dressing 19,6 KH* A1CG	Weißkrautsalat 12,6 KH*	Mohn-Streusel-Kuchen 49 KH* A1CG
Mittwoch, 06.10.2021	Soljanka^(3,4) dazu Toastbrot und Obst ⁽⁸⁾ 33,6 KH* A1GIJ	Rinderbolognese (Rinderhackfleisch mit Tomaten-Kräutersoße), dazu Nudeln, Obst ⁽⁸⁾ 83,9 KH* A1FI	gegrillte Hähnchenbrust in feiner Soße, mit Rotkohl ⁽⁴⁾ und Reis, dazu Obst ⁽⁸⁾ 67,7 KH* A1I	Kartoffel⁽⁶⁾-Blumenkohl-Auflauf mit Käse überbacken, dazu Obst ⁽⁸⁾ 39,0 KH* A1CGI	TIPP Hausgemachte Rinderroulade mit Soße, Apfelrotkohl ⁽⁴⁾ und Thüringer Klöße, dazu Obst ⁽⁸⁾ 66,9 KH* 7,70€ A1FGIL	Quarktöpfchen⁽²⁾ (Vanillequark mit Erdbeerpüree), dazu Milchbrötchen 90,5 KH* G	Salat „Chicken run“ mit Hähnchennuggets, Gurken, Tomaten, Salatmischung „Hip Hop“ und Ei, dazu Joghurt Dressing 19,6 KH* A1CG	Salat-mischung Hip Hop mit Joghurt Dressing 7,9 KH* CG	NEU Vanille-stange 35,9 KH* A1CFGHK
Donnerstag, 07.10.2021	Graupensuppe mit Schweinefleisch, Gemüse und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu 1 Scheibe Brot 37,9 KH* A1A3I	Putenbraten mit Soße, dazu Blumenkohl mit brauner Butter und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ 48,8 KH* A1I	Chili con Carne (Rindfleisch) mit Kidneybohnen und Mais, dazu Reis und Nachtisch 69,1 KH* A1FI	Vanille-Grießbrei mit warmen Sauerkirschen, dazu Zucker und Zimt 109,5 KH* A1G	TIPP Schweineleber „Berliner Art“ mit einer Apfel-Zwiebelsoße und Kartoffelpüree, dazu Nachtisch 32,7 KH* A1G	Geflügelsalat mit Butter und Baguette 87,6 KH* A1CGJ	Salat „Chicken run“ mit Hähnchennuggets, Gurken, Tomaten, Salatmischung „Hip Hop“ und Ei, dazu Joghurt Dressing 19,6 KH* A1CG	Salat-mischung Hip Hop mit Joghurt Dressing 7,9 KH* CG	1 großer Donut 25,2 KH* A1FG
Freitag, 08.10.2021	Spaghetti Napoli mit italienischer Tomatensoße, dazu Parmesankäse und Obst ⁽⁸⁾ (vegetarisch) 81,8 KH* A1CGI	paniertes Seelachsfilet⁽⁵⁾ mit Petersiliensoße und Kartoffelpüree, dazu Möhrensalat ^(2,4,6) 61,1 KH* A1DGI	Schwäbischer Suppentopf mit Spätzle, Fleischbällchen und Eierstich, dazu Obst ⁽⁸⁾ 37,1 KH* A1CGI	Rührei mit Spinat und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Obst ⁽⁸⁾ 36,2 KH* A1CGI	Braumeistersteak dazu Schwarzbiersoße ⁽¹⁰⁾ mit Zwiebeln, Rosenkohl und Spätzle, dazu Obst ⁽⁸⁾ 66,0 KH* A1A3CI	NEU Schwarzwälder Quarkpokal⁽²⁾ (Vanillequark mit Sauerkirschen und Schokostreuseln) 94,0 KH* G	Salat „Chicken run“ mit Hähnchennuggets, Gurken, Tomaten, Salatmischung „Hip Hop“ und Ei, dazu Joghurt Dressing 19,6 KH* A1CG	Möhrensalat^(2,4,6) 14,0 KH*	Russischer Zupf-kuchen 46,5 KH* A1CG

Wir wünschen guten Appetit!



Samstag, 09.10.2021	bunter Gemüseeintopf mit Würfelpommes ⁽⁶⁾ und Schweinefleisch, dazu Joghurt 34,3 KH* A1I	vegetarischer Gemüseeintopf mit Würfelpommes ⁽⁶⁾ , Karotten, Erbsen, Kohlrabi und Lauch, dazu Joghurt 28,7 KH* A1I	Hacksteak in Bratensoße, mit Bohnengemüse und Kartoffelpüree, dazu Joghurt 92,2 KH* A1GI
Sonntag, 10.10.2021	Hähnchenbrust natur mit Geflügelcremesoße, Möhrengemüse und Reis, dazu Pudding 52,9 KH* A1	Gemüse-Knusperfrikadelle mit Holländischer Soße und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Pudding 68,6 KH* A1CGI	Rinderbraten mit Soße, Apfelrotkohl ⁽⁴⁾ und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Pudding 51,1 KH* A1GI

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).

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