

MENÜPLAN 17.01. bis 23.01.2022 | 03. 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, 17.01.2022	grüner Bohneneintopf mit Wiener Würstchen ^(3,6,7) und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Pudding 32,9 KH* A1I	Hähnchen-Nuggets⁽⁹⁾ mit Rahmgemüse und Kartoffelpüree, dazu Pudding 65,3 KH* A1GI	Bandnudeln mit Hähnchenbruststreifen und Tomaten-Basilikumsoße, dazu Pudding 71,8 KH* A1I	Mediterranes Gemüse (Champignons, Paprika, Zucchini, Möhren) in Tomatensoße, mit Bandnudeln, dazu Pudding 72,3 KH* A1I	NEU Rinderbraten dazu Soße, Schwarzwurzeln mit brauner Butter und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Pudding 51,5 KH* A1FI	Boulette mit Kartoffelsalat ⁽⁶⁾ und Ketchup 40,5 KH* A1CJ	Salat „Athen“ mit Hirtenkäse, Oliven, Zwiebelringe, Gurken, Tomaten, bunten Blattsalat „Bari“ und Ei, dazu Joghurt Dressing 9,6 KH* CG	Blattsalat mit Joghurt Dressing 9,1 KH* A1CG	Käse-Mandarin-Schnitte 26,3 KH* A1CG
Dienstag, 18.01.2022	NEU Vollkornnudeln mit Paprikastücken in Petersiliensoße, dazu Nachtisch (vegetarisch) 67,6 KH* A1GI	Gyrosbraten mit Soße, Kartoffeln ⁽⁶⁾ und Weißkrautsalat 44,2 KH* A1GI	TIPP paniertes Kotelett mit Soße, Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ 54,8 KH* A1GI	Porreegemüse in Sahnesoße, mit Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Nachtisch 84,4 KH* A1CI	Westernpfanne kl. Hacksteak und kl. Bratwurst auf mex. Gemüse (Kidneybohnen, Paprika, Mais), Zwiebelpüree, dazu Nachtisch 81,2 KH* A1G	Schnitzel mit Kartoffelsalat ⁽⁶⁾ und Ketchup 51,2 KH* A1CJ	Salat „Athen“ mit Hirtenkäse, Oliven, Zwiebelringe, Gurken, Tomaten, bunten Blattsalat „Bari“ und Ei, dazu Joghurt Dressing 9,6 KH* CG	Weißkrautsalat 12,6 KH*	Urkorn-Heidelbeer-Himbeer-kuchen 31,0 KH* A1CG
Mittwoch, 19.01.2022	Milchreis mit Zucker und Zimt, dazu Apfelmus (vegetarisch) 84,2 KH* G	Gefüllte Tortellini (mit Spinatfüllung), dazu Käse-Sahnesoße und Dessert (vegetarisch) 87,7 KH* A1CGI	Bratwurst Thüringer Art auf Sauerkraut und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Senf 42,9 KH* A1IJ	Gemüse-Köttbullar mit Langkornreis und Käse-Sahnesoße, dazu Dessert 58,2 KH* A1CGI	TIPP hausgemachte Rinderroulade mit Soße, Apfelrotkohl ⁽⁴⁾ und Thüringer Klöße, dazu Dessert 66,9 KH* 7,70€ A1FGIL	Boulette mit Kartoffelsalat ⁽⁶⁾ und Ketchup 40,5 KH* A1CJ	Salat „Athen“ mit Hirtenkäse, Oliven, Zwiebelringe, Gurken, Tomaten, bunten Blattsalat „Bari“ und Ei, dazu Joghurt Dressing 9,6 KH* CG	Blattsalat mit Joghurt Dressing 9,1 KH* A1CG	Amerikaner 67,5 KH* A1CFGHK
Donnerstag, 20.01.2022	Schweinegulasch dazu Nudeln und Obst ⁽⁶⁾ 73,9 KH* A1I	paniertes Fischfilet⁽⁵⁾ mit Kräutersoße und Püree, dazu Eichsfelder Bohnensalat mit Schmand 51,6 KH* A1DGI	TIPP Knacker^(2,3) auf Grünkohl ⁽³⁾ , mit Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Senf 45,3 KH* A1GIJL	Tomatensuppe mit Kräutern und Vollkornreis, dazu Brotscheibe 90,9 KH* A2	Kohlroulade mit pikanter Hackfüllung, Kümmelsoße und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Obst ⁽⁸⁾ 53,3 KH* A1CIJ	Schnitzel mit Kartoffelsalat ⁽⁶⁾ und Ketchup 51,2 KH* A1CJ	Salat „Athen“ mit Hirtenkäse, Oliven, Zwiebelringe, Gurken, Tomaten, bunten Blattsalat „Bari“ und Ei, dazu Joghurt Dressing 9,6 KH* CG	Eichsfelder Bohnensalat mit Schmand 6,3 KH* G	Rhabarber-Erdbeerkuchen 39,0 KH* A1CG
Freitag, 21.01.2022	NEU Bockwurst^(3,6,7) mit Ketchupsoße, Schnittbohnen und Kartoffelpüree 58,4 KH* A1GI	NEU Kasslernacken⁽³⁾ in Bratensoße, mit Schnittbohnen und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Obst ⁽⁸⁾ 40,0 KH* A1GI	Putengeschnetzeltes „Stroganoff Art“ (mit Gurke ⁽⁴⁾ , Senf und Zwiebeln), Reis, dazu Obst ⁽⁸⁾ 49,7 KH* A1J	Reissuppe mit Gemüse und Eierstich, dazu Obst ⁽⁸⁾ 67,7 KH* A1CGI	gedünstetes Seelachsfilet⁽⁵⁾ auf Spinat, mit Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Obst ⁽⁸⁾ 33,0 KH* DI	Boulette mit Kartoffelsalat ⁽⁶⁾ und Ketchup 40,5 KH* A1CJ	Salat „Athen“ mit Hirtenkäse, Oliven, Zwiebelringe, Gurken, Tomaten, bunten Blattsalat „Bari“ und Ei, dazu Joghurt Dressing 9,6 KH* CG	Blattsalat mit Joghurt Dressing 9,1 KH* A1CG	Kirsch-Sandkuchen 36,0 KH* A1CGH2

Wir wünschen guten Appetit!



Samstag, 22.01.2022	Erseneintopf mit Kartoffelwürfeln ⁽⁶⁾ und Wiener Würstchen ^(3,6,7) , dazu Dessert 59,2 KH* A1I	Eierkuchen (gefüllt mit Quark und Rosinen), dazu Schokosoße und Dessert 115,3 KH* A1CG	Schweinenackenbraten in Bratensoße, mit Kohlrabigemüse und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 43,5 KH* A1GI
Sonntag, 23.01.2022	Hähnchenkeule in Geflügelsoße, mit Blumenkohl und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 42,2 KH* A1I	Blumenkohl-Käse-Medaillon mit Buttersoße und Püree, dazu Dessert 56,7 KH* A1CGI	Burgunder Braten⁽³⁾ in Bratenjus, mit Brokkoli und Klöße, dazu Dessert 75,3 KH* I

Die Menüs werden am Tag der Auslieferung frisch gekocht und sind zum **sofortigen Verzehr** bestimmt. Die TK-Auslieferung erfolgt **ohne Salatbeilage**.

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).

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 Samen; 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

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