

# MENÜPLAN 44. Woche vom 31.10. bis 06.11.2022

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

44. KW vom 31.10. bis 06.11.2022

Kunden:

Kundennr.:

Menü Nummer **1** **2** **3** **4** **5** **6** **7**

|                               | <b>1</b> Menü   | <b>2</b> Menü  | <b>3</b> Vegetarisch   | <b>4</b> Extra Menü   | <b>5</b> Kaltmenü / Salat  | Beilagen-Salat <b>6</b>  | Nachtsch <b>7</b>                                 |
|-------------------------------|---|--|--|---|--|--|---|
| <b>Montag, 31.10.2022</b>     | <b>Reformationstag</b>  | <b>gegrillte Hähnchenbrust</b><br>in feiner Soße, mit Rotkohl <sup>(4)</sup> und Reis, dazu Dessert<br>67,7 KH* A1I  | <b>Gemüse Schnitzel</b><br>aus Gartengemüse und Dinkelkörnern, Schnittlauchsoße und Püree, dazu Dessert<br>78,2 KH* A1GI   | <b>Zwiebelrostbraten</b><br>in Soße, mit Rotkohl <sup>(4)</sup> und Thüringer Klöße, dazu Dessert<br>60,6 KH* A1FI                          |  |  |   |
| <b>Dienstag, 01.11.2022</b>   | <b>Geflügelfrikadelle</b><br>mit Geflügelsoße, Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu Dessert<br>54,8 KH* A1CGIJ | <b>Schweinenackensteak</b><br>in Zwiebelsoße, mit Erbsen-Möhrengemüse und Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu Dessert<br>53,3 KH* A1GI                        | <b>vegetarischer Möhreintopf</b><br>mit Würfelkartoffeln <sup>(6)</sup> und Petersilie, dazu Dessert<br>43,4 KH* A1I       | <b>paniertes Schweineschnitzel</b><br>Champignons à la crème, Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu Dessert<br>66,6 KH* A1CGI                | <b>Salat „Chicken run“</b><br>mit Hähnchennuggets, Gurken, Tomaten, Salatmischung „Hip Hop“ und Ei, dazu Joghurt Dressing<br>19,6 KH* A1CG | <b>Salatmischung Hip Hop</b><br>mit Joghurt Dressing<br>7,9 KH* CG | <b>Zwetschgen Streuselkuchen</b><br>39,0 KH* A1CG |
| <b>Mittwoch, 02.11.2022</b>   | <b>Currybockwurstchen<sup>(3,6,7)</sup></b><br>in Currysoße, mit Kartoffelpüree, dazu Gurken-Bohnensalat<br>65,3 KH* A1GI         | <b>TIPP Heringsfilet<sup>(5)</sup> nach „Hausfrauenart“</b><br>in Dill-Sahne, mit Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu Obst <sup>(8)</sup><br>56,4 KH* A1CDGIJ | <b>Vollkornnudeln</b><br>in Gemüse-Sahnesoße, dazu Obst <sup>(8)</sup><br>80,9 KH* A1GI                                    | <b>TIPP hausgemachte Rinderroulade</b><br>mit Soße, Apfelrotkohl <sup>(4)</sup> und Thüringer Klöße, dazu Dessert<br>66,9 KH* 8,60 € A1FGIL | <b>Schwarzwälder Quarkpokal<sup>(2)</sup></b><br>Vanillequark mit Sauerkirschen und Schokostreuseln<br>94,0 KH* G                          | <b>Gurken-Bohnensalat</b><br>11,8 KH* L                            | <b>Puddingbrezel</b><br>55,3 KH* A1CFIH1H2K       |
| <b>Donnerstag, 03.11.2022</b> | <b>TIPP Grünkohleintopf</b><br>mit Kartoffelwürfeln <sup>(6)</sup> und Knackwurstscheiben <sup>(2,3,6)</sup><br>21,7 KH* GIJ      | <b>Rinderbolognese</b><br>(Rinderhackfleisch mit Tomaten-Kräutersoße), dazu Nudeln, Dessert<br>83,9 KH* A1FI   | <b>Kartoffel<sup>(6)</sup>-Blumenkohl-Auflauf</b><br>mit Käse überbacken, dazu Dessert<br>39,0 KH* A1CGI                   | <b>Schweineleber „Berliner Art“</b><br>mit einer Apfel-Zwiebelsoße und Kartoffelpüree, dazu Dessert<br>32,7 KH* A1GI                        | <b>Salat „Chicken run“</b><br>mit Hähnchennuggets, Gurken, Tomaten, Salatmischung „Hip Hop“ und Ei, dazu Joghurt Dressing<br>19,6 KH* A1CG | <b>Salatmischung Hip Hop</b><br>mit Joghurt Dressing<br>7,9 KH* CG | <b>Käsekuchen</b><br>37,4 KH* A1CG                |
| <b>Freitag, 04.11.2022</b>    | <b>Weißer Bohneneintopf</b><br>mit Bockwurstscheiben <sup>(3,6,7)</sup> , dazu Brotscheibe<br>51,4 KH* A1GI                       | <b>paniertes Seelachsfilet<sup>(5)</sup></b><br>mit Petersiliensauce und Reis, dazu Rote-Bete-Salat <sup>(4)</sup><br>61,1 KH* A1DGI                           | <b>Rührei</b><br>mit Spinat und Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu Obst <sup>(8)</sup><br>36,2 KH* A1CGI                 | <b>Braumeistersteak</b><br>dazu Schwarzbiersoße <sup>(10)</sup> mit Zwiebeln, Rosenkohl und Spätzle, Obst <sup>(8)</sup><br>66,0 KH* A1A3CI | <b>Heringsalat</b><br>in Joghurtsoße, mit Butter und Baguette<br>16,3 KH* CDGI   | <b>Rote-Bete-Salat<sup>(4)</sup></b><br>6,8 KH* CG                 | <b>Himbeer-Sahneschnitte</b><br>31,0 KH* A1CG     |
| <b>Samstag, 05.11.2022</b>    | <b>bunter Gemüseeintopf</b><br>mit Würfelkartoffeln <sup>(6)</sup> und Schweinefleisch, dazu Joghurt<br>34,3 KH* A1I              | <b>vegetarischer Gemüseeintopf</b><br>mit Würfelkartoffeln <sup>(6)</sup> , Karotten, Erbsen, Kohlrabi und Lauch, dazu Joghurt<br>28,7 KH* A1I                 | <b>Hacksteak</b><br>in Bratensoße, mit Bohnengemüse und Kartoffelpüree, dazu Joghurt<br>92,2 KH* A1GI                      |   |  |  |   |
| <b>Sonntag, 06.11.2022</b>    | <b>Hähnchenbrust natur</b><br>mit Geflügelcremesoße, Möhrengemüse und Reis, dazu Pudding<br>54,4 KH* A1GI                         | <b>Gemüse-Knusperfrikadelle</b><br>mit Holländischer Soße und Kartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu Pudding<br>68,6 KH* A1CFGI                                      | <b>Rinderbraten</b><br>mit Soße, Apfelrotkohl <sup>(4)</sup> und Kartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu Pudding<br>51,1 KH* A1GI |   |  |  |   |

\* Kohlenhydrat-Berechnung (KH) bezieht sich auf das Menü ohne Dessert in Gramm (g).  
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](http://www.fm-teistungen.de)

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=Sesamsamen; L=Schwefeldioxid; M=Lupinen; N=Weichtiere Zusatzstoffe: 1=mit Farbstoff;2=mit Konservierungsmittel; 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  
**0800/962 84 01**  
www.fm-teistungen.de EU-Zulassungs-Nr. DETH03399EG  
**Gebührenfrei aus dem deutschen Festnetz.**

|                               |  |  |  |  |  |  |  |
|-------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|
| <b>Montag, 31.10.2022</b>     |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>Dienstag, 01.11.2022</b>   |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>Mittwoch, 02.11.2022</b>   |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>Donnerstag, 03.11.2022</b> |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>Freitag, 04.11.2022</b>    |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>Samstag, 05.11.2022</b>    |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>Sonntag, 06.11.2022</b>    |  |  |  |  |  |  |  |

Ihr Bestellschein