

MENÜPLAN 50. Woche vom 12.12. bis 18.12.2022

! Bitte beachten Sie unsere **vorweihnachtlichen Gerichte** in der Menülinie **Extra Menü!**

50. KW vom 12.12. bis 18.12.2022

Kunden: _____

Kundennr.: _____

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

	1 Menü	2 Menü	3 Vegetarisch	4 Extra Menü	5 Kaltmenü / Salat	Beilagen-Salat 6	Nachtsch 7
Montag, 12.12.2022	Nudelsuppe mit Fleischklößchen, Gemüse und Eierstich, dazu Brötchen 62,9 KH* A1CGI	gedünstete Hähnchenbrust mit Letschosoße und Kartoffeln ⁽⁶⁾ 41,1 KH* A1I	Apfelstrudel mit Rosinen und Vanillesoße, dazu Dessert 107,4 KH* A1G	Entenkeule mit Geflügelsoße, Rosenkohl und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu weihnachtliches Dessert 51,8 KH* 11,95€ A1GIL	3 Wiener Würstchen^(3,6,7) mit Nudelsalat und Ketchup 51,0 KH* A1J	Eisberg-salat mit French Dressing 9,1 KH* G	Russischer Zupf-kuchen 46,5 KH* A1CG
Dienstag, 13.12.2022	Hähnchenragout⁽⁶⁾ dazu Erbsen und Möhren, Vollkornreis, Obst ⁽⁸⁾ 59,9 KH* A1GI	gedünstetes Seelachsfilet⁽⁵⁾ mit Senfrahmsoße, Erbsen und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ 50,9 KH* A1DGIJ	Schnittlauchquark mit Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Obst ⁽⁸⁾ 44,0 KH* G	Hirschbraten mit Waldpilzsoße, Rotkohl ⁽⁴⁾ und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Zwetschgen Streuselkuchen 65,8 KH* 11,95€ A1GI	Geflügelsalat mit Butter und Baguette 87,6 KH* A1CGJ	Eisberg-salat mit French Dressing 9,1 KH* G	Zwetsch-gen Streusel-kuchen 39,0 KH* A1CG
Mittwoch, 14.12.2022	Eier in Petersiliensoße, mit Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Gurken- Tomatensalat (vegetarisch) 45,7 KH* A1CGIL	Hackfleisch-Pfanne mit Mais und Kidneybohnen, dazu Spiralnudeln und Gurken-Tomatensalat 77,3 KH* A1I	Kartoffelpuffer⁽⁶⁾ mit Apfelmus 67,6 KH* JL	Entenkeule mit Geflügelsoße, deftigem Grünkohl ⁽³⁾ und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu weihnachtliches Dessert 44,0 KH* 11,95€ A1GIJL	Salat „Fitness“ mit gegrillten Hähnchen-bruststreifen, Möhrenstreifen, Gurken, Tomaten, Eisbergsalat und Ei, dazu French Dressing 11,5 KH* CG	Gurken-Tomaten-salat 11,8 KH* L	Pudding-brezel 55,3 KH* A1CFIH1H2K
Donnerstag, 15.12.2022	Grießbrei mit warmen Pfirsichwürfeln, dazu Zucker und Zimt (vegetarisch) 114,2 KH* A1G	paniertes Schweineschnitzel in Bratensoße, dazu Blumenkohl mit brauner Butter und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ 71,7 KH* A1CGI	Zucchini Vital mit Gemüse-Käsefüllung, Tomatensoße und Püree, dazu Dessert 72,3 KH* A1GI	Wildgulasch mit Pilzen dazu Apfelrotkohl ⁽⁴⁾ und Spätzle, weihnachtliches Dessert 76,2 KH* 11,95€ A1GIL	3 Wiener Würstchen^(3,6,7) mit Nudelsalat und Ketchup 51,0 KH* A1J	Eisberg-salat mit French Dressing 9,1 KH* G	Himbeer-Straccia-tella-Schnitte 27,2 KH* A1CFG
Freitag, 16.12.2022	Vollkornnudeln mit Gemüsebolognese (Erbsen, Möhren und Brokkoli), dazu Dessert (vegetarisch) 75,3 KH* A1CGI	Backfische vom Seelachs⁽⁵⁾ mit Tomatensoße und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 68,6 KH* A1DGI	bunter Kartoffeleintopf⁽⁶⁾ mit frischen Kräutern, dazu Dessert 42,7 KH* A1GI	Wildschweinbraten mit Preiselbeerssoße, Schwarzwurzeln und Thüringer Klöße, dazu weihnachtliches Dessert 73,8 KH* 11,95€ A1GIJL	Salat „Fitness“ mit gegrillten Hähnchen-bruststreifen, Möhrenstreifen, Gurken, Tomaten, Eisbergsalat und Ei, dazu French Dressing 11,5 KH* CG	Eisberg-salat mit French Dressing 9,1 KH* G	Mohn-Streusel-Kuchen 49,0 KH* A1CG
Samstag, 17.12.2022	Steckrübeneintopf mit Kasslerfleisch ⁽³⁾ , dazu Fruchtojoghurt 32,1 KH* A1I	Sellerieschnitzel mit Gemüsecremesoße und Kartoffelpüree, dazu Fruchtojoghurt 63,2 KH* A1GI	Entenkeule mit Geflügelsoße, deftigem Grünkohl ⁽³⁾ und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu weihnachtliches Dessert 44,0 KH* 12,95€ A1GIJL	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 Konservierungsstoff; 3=mit Nitritpökelsalz; 4=mit Süßungsmittel; 5=kann Gräten enthalten; 6=mit Antioxidationsmittel; 7=mit Phosphat;8=gewachst; 9=Formfleisch; 10=enthält Alkohol			
Sonntag, 18.12.2022	Hähnchenroulade mit Brokkolifüllung, Soße, buntem Gemüse und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 59,3 KH* G	vegetarische Paprikaschote mit einer Soja-Weizenfüllung, in Tomatensoße, mit Püree, dazu Dessert 61,6 KH* A1CFGUJ	Wildgulasch mit Pilzen dazu Apfelrotkohl ⁽⁴⁾ und Spätzle, weihnachtliches Dessert 76,2 KH* 12,95€ A1GIL				

* 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

Montag, 12.12.2022						
Dienstag, 13.12.2022						
Mittwoch, 14.12.2022						
Donnerstag, 15.12.2022						
Freitag, 16.12.2022						

Samstag, 17.12.2022 Wochenende

Sonntag, 18.12.2022 Wochenende

2 **3** **4**

Guten Appetit
wünscht Frisch Menü GmbH

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.