

MENÜPLAN 01. Woche vom 02.01. bis 08.01.2023

! Bitte beachten Sie unseren **Bregenwurstring** am **Mittwoch** im **Extra Menü!**

01. KW vom 02.01. bis 08.01.2023

Kunden: _____

Kundenr.: _____

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

	1 Menü	2 Menü	3 Vegetarisch	4 Extra Menü	5 Kaltmenü / Salat	Beilagen-Salat 6	Nachtisch 7
Montag, 02.01.2023	vegetarische Reissuppe mit Vollkornreis, Gemüse und Eierstich, dazu Brötchen 67,7 KH* A1CGI	paniertes Schweineschnitzel mit Rahmsoße, Rotkohl ⁽⁴⁾ und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ 63,2 KH* A1CGL	Brokkoli-Nuss-Ecke mit Holländischer Soße und Reis, dazu Dessert 79,3 KH* A1A4CFGH1H2I	Münchener Weißwurst auf Bayrisch Kraut, mit Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu süßer Senf und Dessert 58,4 KH* A1IJ	Bockwurst^(3,6,7) mit Nudelsalat und Ketchup 52,2 KH* A1CGJ	bunte Salatmischung mit French Dressing 9,1 KH* CG	Apfel-Butterstreusel-Kuchen 50,7KH* A1CG
Dienstag, 03.01.2023	buntes Hühnerfrikassee (mit Erbsen und Möhren), dazu Langkornreis, Obst ⁽⁸⁾ 58,1 KH* A1G	Schweinelachsbraten in Bratensoße, mit Kohlrabigemüse und Kartoffeln ⁽⁶⁾ 39,4 KH* A1GIJ	NEU bunter Gemüseauflauf (Erbsen, Möhren, Bohnen und Kohlrabi) in Béchamelsoße, mit Käse überbacken, dazu Obst ⁽⁸⁾ 52,6 KH* A1CGI	gefüllte Paprikaschote mit Paprika-Rahmsoße und Reis, dazu Obst ⁽⁸⁾ 72,5 KH* A1FGI	Mexikanischer Salat mit Mais, Kidneybohnen, Paprika, Gurken, Tomaten und bunter Salatmischung, dazu French Dressing 30,6 KH* GI	bunte Salatmischung mit French Dressing 9,1 KH* CG	Mandel-Bienenstich 27,9 KH* A1CGH1
Mittwoch, 04.01.2023	Linseneintopf mit Wiener Würstchen ^(3,6,7) , dazu Dessert 50,5 KH* GI	Putengeschnetzeltes mit Brokkoli und Kartoffeln ⁽⁶⁾ 52,0 KH* GI	NEU Gemüsebratling (Möhre, Pastinake, Erbse) mit Petersiliensoße und Kartoffelpüree, dazu Dessert 59,3 KH* A1CGI	TIPP Bregenwurstring auf Grünkohl ⁽³⁾ , mit Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Senf und Dessert 80,8 KH* 8,60€ A1GIJL	Geflügel Hackbällchen gefüllt mit Chili-Käse, dazu Nudelsalat und Ketchup 61,6 KH* A1CGJ	bunte Salatmischung mit French Dressing 9,1 KH* CG	Plunder Mohnschnecke 55,2 KH* A1CFGH1H2K
Donnerstag, 05.01.2023	Chinapfanne (Schweinefleisch mit Chinagemüse), Reis, dazu Dessert 48,6 KH* I	Hähnchenbrust in Geflügelsoße, mit Möhrengemüse und Reis 54,4 KH* A1GI	ital. Tomatenragout mit Kräutern und Makkaroni, dazu gelber Bohnensalat 81,0 KH* A1I	Rahmgeschnetzeltes mit Champignons „Züricher Art“, dazu Möhrengemüse und Thüringer Klöße, Dessert 54,9 KH* A1GIL	Mexikanischer Salat mit Mais, Kidneybohnen, Paprika, Gurken, Tomaten und bunter Salatmischung, dazu French Dressing 30,6 KH* GI	gelber Bohnensalat 17,1 KH* L	Zwetschgen Streuselkuchen 39,0 KH* A1CG
Freitag, 06.01.2023	Milchreis mit warmen Apfelkompott ⁽³⁾ , dazu Zucker und Zimt (vegetarisch) 108,0 KH* G	TIPP Königsberger Klopse in Kapernsoße, mit Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Rote-Bete-Salat ⁽⁴⁾ 68,1 KH* A1CGIJ	Gemüseplatte „Naturell“ (Brokkoli, Möhren, Schwarzwurzeln, Bohnen) mit br. Butter, dazu Kartoffelpüree 37,5 KH* A1GI	Schweinelachssteak mit Zwiebel-Senfsoße, Brokkoli und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Obst ⁽⁸⁾ 39,2 KH* A1CIJ	Bockwurst^(3,6,7) mit Nudelsalat und Ketchup 52,2 KH* A1CGJ	Rote Bete Salat⁽⁴⁾ 6,8 KH* CG	Käsekuchen 37,4 KH* A1CG
Samstag, 07.01.2023	westfälische Kartoffelsuppe⁽⁶⁾ mit Bockwurstscheiben ^(3,6,7) , dazu Dessert 43,2 KH* A1I	Spaghetti mit Pilzrahmsoße, dazu Dessert 68,8 KH* A1GI	Thüringer Bratwurst auf Sauerkraut, mit Zwiebelpüree, dazu Senf und Dessert 27,9 KH* A1GIJ	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, 08.01.2023	Rinderbraten in Soße, mit Rotkohl ⁽⁴⁾ und Thüringer Klöße, dazu Dessert 60,6 KH* A1FIL	Gemüse Schnitzel aus Gartengemüse und Dinkelkörnern, Schnittlauchsoße und Reis, dazu Dessert 78,2 KH* A1GI	Kasslerbraten⁽³⁾ in Bratensoße, mit Bohnengemüse und Kartoffelpüree, dazu Dessert 52,5 KH* GI	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.			

* 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, 02.01.2023							
Dienstag, 03.01.2023							
Mittwoch, 04.01.2023							
Donnerstag, 05.01.2023							
Freitag, 06.01.2023							

Samstag, 07.01.2023	Wochenende					
Sonntag, 08.01.2023	Wochenende					

Guten Appetit
wünscht Frisch Menü GmbH

2 **3** **4**