

# MENÜPLAN 52. Woche vom 26.12. bis 01.01.2023

**!** Zum *Jahreswechsel* wünschen wir ein frohes, glückliches und gesundes **NEUES JAHR!**

52. KW vom 26.12. bis 01.01.2023

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>	Nachtisch <b>7</b>
<b>Montag, 26.12.2022</b>	2. Weihnachtsfeiertag	<b>Hähnchenkeule</b> in Geflügelsoße, mit Möhrengemüse und Reis, dazu Pudding 54,4 KH* A1GI	<b>Brokkoli-Nuss-Ecke</b> mit Holländischer Soße und Reis, dazu Pudding 79,3 KH* A1A4CFGH1H2I	<b>Wildschweinbraten</b> mit Preiselbeersöße, Schwarzwurzeln und Thüringer Klöße, dazu Pudding 73,8 KH* A1CGIL			
<b>Dienstag, 27.12.2022</b>	<b>Möhreneintopf</b> mit Kasslerfleisch <sup>(3)</sup> , dazu Dessert 39,6 KH* A1I	<b>Schweinenackensteak</b> in Zwiebelsoße, mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> 53,3 KH* A1GI	<b>Rucola-Süßkartoffel-Schnitte</b> mit Schnittlauchsoße und Püree, dazu Dessert 31,0 KH* A1A3GI	<b>paniertes Schweineschnitzel</b> Champignons à la crème, Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu Dessert 66,6 KH* A1CGI	<b>Quarktöpfchen<sup>(2)</sup></b> (Vanillequark mit Mandarinen), dazu Milchbrötchen und Zucker & Zimt 53,3 KH* G	<b>Salatmischung Hip Hop</b> mit Joghurt Dressing 7,9 KH* CG	<b>Apfel-Quitte-Sahneschnitte</b> 29,0 KH* A1CG
<b>Mittwoch, 28.12.2022</b>	<b>Soljanka<sup>(3,4)</sup></b> dazu Toastbrot und Obst <sup>(6)</sup> 33,6 KH* A1GIJ	<b>gegrillte Hähnchenbrust</b> in feiner Soße, mit Rotkohl <sup>(4)</sup> und Kartoffeln <sup>(6)</sup> 67,7 KH* A1I	<b>Kartoffel<sup>(6)</sup>-Blumenkohl-Auflauf</b> mit Käse überbacken, dazu Obst <sup>(8)</sup> 39,0 KH* A1CGI	<b>TIPP paniertes Rotbarschfilet<sup>(5)</sup></b> mit Zitronen- Meerrettichsoße und Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu Selleriesalat 89,5 KH* 8,60€ A1DGIJ	<b>Heringssalat</b> in Joghurtsoße, mit Butter und Baguette 16,3 KH* CDGI	<b>Selleriesalat</b> mit Mandarinen und Sauerrahm 8,3 KH* GIL	<b>Plunder Rosinenschncke</b> 63,3 KH* A1CFGH1H7K
<b>Donnerstag, 29.12.2022</b>	<b>Graupensuppe</b> mit Schweinefleisch, Gemüse und Kartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu Brotscheibe 37,9 KH* A1A3I	<b>Putenrollbraten</b> mit Soße, dazu Blumenkohl mit brauner Butter und Kartoffelpüree 45,0 KH* A1GI	<b>Vanille-Grießbrei</b> mit warmen Sauerkirschen, dazu Zucker und Zimt 109,5 KH* A1G	<b>Schweineleber „Berliner Art“</b> mit einer Apfel-Zwiebelsoße und Kartoffelpüree, dazu Dessert 32,7 KH* A1G	<b>Salat „Chicken run“</b> mit Hähnchennuggets, Gurken, Tomaten, Salatmischung „Hip Hop“ und Ei, dazu Joghurt Dressing 19,6 KH* A1CG	<b>Salatmischung Hip Hop</b> mit Joghurt Dressing 7,9 KH* CG	<b>Erdbeer-Sahneschnitte</b> 40,6 KH* A1CG
<b>Freitag, 30.12.2022</b>	<b>Spaghetti Napoli</b> mit italienischer Tomatensoße, dazu Parmesankäse und Kompott (vegetarisch) 81,8 KH* A1CGI	<b>paniertes Seelachsfilet<sup>(5)</sup></b> mit Petersiliensöße und Reis, dazu Rote-Bete-Salat <sup>(4)</sup> 61,1 KH* A1DGI	<b>Rührei</b> mit Spinat und Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu Kompott 36,2 KH* A1CGI	<b>Braumeistersteak</b> in Schwarzbiersöße <sup>(10)</sup> mit Zwiebeln, dazu Rosenkohl und Spätzle, Kompott 66,0 KH* A1A3CI	<b>Schwarzwälder Quarkpokal<sup>(2)</sup></b> (Vanillequark mit Sauerkirschen und Schokostreusel) 94,0 KH* G	<b>Rote-Bete-Salat<sup>(4)</sup></b> 6,8 KH* CG	<b>Schwarzwälder Kirsch Kuchen</b> 32,5 KH* A1CG
<b>Samstag, 31.12.2022</b>	<b>bunter Gemüseeintopf</b> mit Würfelkartoffeln <sup>(6)</sup> und Schweinefleisch, dazu Joghurt 34,3 KH* A1I	<b>vegetarischer Gemüseeintopf</b> mit Würfelkartoffeln <sup>(6)</sup> , Karotten, Erbsen, Kohlrabi und Lauch, dazu Joghurt 28,7 KH* A1I	<b>Hacksteak</b> in Bratensoße, mit Bohnengemüse und Kartoffelpüree, dazu Joghurt 92,2 KH* A1GI				
<b>Sonntag, 01.01.2023</b>	<b>Hähnchenbrust natur</b> mit Geflügelcremesoße, Möhrengemüse und Reis, dazu Pudding -Kühlkost- 52,9 KH* A1GI	<b>Gemüse-Knusperfrikadelle</b> mit Holländischer Soße und Kartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu Pudding -Kühlkost- 68,6 KH* A1CFGI	<b>Rinderbraten</b> mit Soße, Apfelrotkohl <sup>(4)</sup> und Kartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu Pudding -Kühlkost- 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 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  
**0800/962 84 01**  
[www.fm-teistungen.de](http://www.fm-teistungen.de) EU-Zulassungs-Nr. DETH03399EG  
**Gebührenfrei aus dem deutschen Festnetz.**

<b>Montag, 26.12.2022</b>						
<b>Dienstag, 27.12.2022</b>						
<b>Mittwoch, 28.12.2022</b>						
<b>Donnerstag, 29.12.2022</b>						
<b>Freitag, 30.12.2022</b>						

<b>Samstag, 31.12.2022</b>	Wochenende					
<b>Sonntag, 01.01.2023</b>	Wochenende					

*Guten Appetit*  
wünscht Frisch Menü GmbH

**2** **3** **4**