

MENÜPLAN

06. Woche vom
06.02. bis 12.02.2023

! Bitte beachten Sie unsere
Wildwoche im Extra Menü!

06. KW vom 06.02. bis 12.02.2023

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	Nachtisch 7
Montag, 06.02.2023	vegetarische Nudelsuppe mit Erbsen, Möhren, Lauch und Eierstich, dazu Brötchen 62,9 KH* A1CGI	Geflügel- Cevapcici mit Letschosoße und Reis, dazu Dessert 69,5 KH* A1CGIJ	Apfelstrudel mit Rosinen und Vanillesoße, dazu Dessert 107,4 KH* A1G	Kaninchenkeule mit Wacholderrahmsoße, Speckbohnen ⁽³⁾ und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 62,1 KH* 10,95€ A1GIJ	3 Wiener Würstchen^(3,6,7) mit Nudelsalat und Ketchup 51,0 KH* A1J	Eisberg-salat mit French Dressing 9,1 KH* G	Rha-barber-Erdbeer-kuchen 39,0 KH* A1CG
Dienstag, 07.02.2023	Kesselgulasch (Eintopf mit Kartoffeln ⁽⁶⁾), dazu Dessert 33,6 KH* I	paniertes Schweineschnitzel in Bratensoße, dazu Blumenkohl mit brauner Butter und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ 71,7 KH* A1CGI	Grießbrei mit warmen Pfirsichwürfeln, dazu Zucker und Zimt 114,2 KH* A1G	Hirschbraten mit Preiselbeersoße, Apfelrotkohl ⁽⁴⁾ und Thüringer Klöße, dazu Dessert 80,0 KH* 10,95€ A1GIL	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	Apfel-Quitte-Sahne-schnitte 29,0 KH* A1CG
Mittwoch, 08.02.2023	Hähnchenragout⁽⁶⁾ dazu Mischgemüse und Vollkornreis 59,9 KH* A1GI	Knacker^(2,3) auf Grünkohl ⁽³⁾ , mit Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Senf 45,3 KH* A1GIJL	Brokkoli mit Käse-Sahnesoße und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 53,6 KH* GI	Wildgulasch mit Waldpilzen dazu Brokkoli, Spätzle und ein Zwetschgen-Streuselkuchen 62,3 KH* 10,95€ A1CGIL	Schnitzel mit Nudelsalat und Ketchup 64,5 KH* A1CJ	Eisberg-salat mit French Dressing 9,1 KH* G	Zwetsch-gen Streusel-kuchen 39,0 KH* A1CG
Donnerstag, 09.02.2023	Hackfleisch-Pfanne mit Mais und Kidneybohnen, dazu Spiralnudeln und Rotkrautsalat 77,3 KH* A1I	gegrillte Hähnchenbrust mit Pfefferrahmsoße, grüne Bohnen und Kartoffeln ⁽⁶⁾ 62,1 KH* A1CGI	Kartoffelpuffer⁽⁶⁾ mit Apfelmus 67,6 KH* JL	Wildschweinbraten in Waldpilzsoße dazu Rosenkohl mit brauner Butter und Rosmarinkartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 65,7 KH* 10,95€ A1GIL	Salat „Fitness“ mit gegrillten Hähnchen-bruststreifen, Möhrenstreifen, Gurken, Tomaten, Eisbergsalat und Ei, dazu French Dressing 11,5 KH* CG	Rotkraut-salat 12,6 KH* L	Schwarz-wälder Kirsch Kuchen 32,5 KH* A1CG
Freitag, 10.02.2023	Vollkornnudeln mit Gemüsebolognese (Erbsen, Möhren und Brokkoli), dazu Dessert (vegetarisch) 75,3 KH* A1CGI	Berner Pfanne (Schweinegeschnetztes) in Käse-Paprikasoße, mit Spätzle, dazu Dessert 78,5 KH* A1CGI	bunter Kartoffeleintopf⁽⁶⁾ mit frischen Kräutern, dazu Dessert 42,7 KH* A1GI	Hirschgulasch mit Apfelrotkohl ⁽⁴⁾ und Thüringer Klöße, dazu Apfel-Streuselkuchen 70,4 KH* 10,95€ A1GIL	3 Wiener Würstchen^(3,6,7) mit Nudelsalat und Ketchup 51,0 KH* A1J	Eisberg-salat mit French Dressing 9,1 KH* G	Apfel-Butter-streusel-Kuchen 50,7 KH* A1CG

Montag, 06.02.2023							
Dienstag, 07.02.2023							
Mittwoch, 08.02.2023							
Donnerstag, 09.02.2023							
Freitag, 10.02.2023							

* 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

Samstag, 11.02.2023	Steckrübeneintopf mit Kasslerfleisch ⁽³⁾ , dazu Fruchtojoghurt 32,1 KH* A1I	Sellerieschnitzel mit Gemüsecremesoße und Kartoffelpüree, dazu Fruchtojoghurt 63,2 KH* A1GI	Schweinegulasch mit frischen Champignons und Fusilli Nudeln, dazu Fruchtojoghurt 73,9 KH* A1
Sonntag, 12.02.2023	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* A1CFGJ	Brabanter Kasslerbraten⁽³⁾ (mit Backpflaumen) in feiner Soße, Bohnengemüse und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 62,8 KH* I

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; 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 EU-Zulassungs-Nr. DETH03399EG
Gebührenfrei aus dem deutschen Festnetz.

Samstag, 11.02.2023	Wochenende					
Sonntag, 12.02.2023	Wochenende					

2 **3** **4**

Guten Appetit
wünscht Frisch Menü GmbH