

# MENÜPLAN 07. Woche vom 13.02. bis 19.02.2023

**!** Bitte beachten Sie unsere **Schweishaxe** zum **„fetten“ Donnerstag im Extra Menü!**

07. KW vom 13.02. bis 19.02.2023

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, 13.02.2023</b>	<b>Erbseintopf</b> mit Kartoffelwürfel <sup>(6)</sup> und Wiener Würstchen <sup>(3,6,7)</sup> , dazu Pudding 59,2 KH* A1I	<b>Hähnchen-Nuggets<sup>(9)</sup></b> mit Rahmgemüse und Kartoffelpüree 65,3 KH* A1GI	<b>Mediterranes Gemüse</b> (Champignons, Paprika, Zucchini, Möhren) in Tomatensoße, mit Bandnudeln, dazu Pudding 72,3 KH* A1I	<b>Rinderbraten</b> dazu Soße, Schwarzwurzeln mit brauner Butter und Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu Pudding 51,5 KH* A1FI	<b>Boulette</b> mit Kartoffelsalat <sup>(6)</sup> und Ketchup 40,5 KH* A1CJ	<b>Blattsalat</b> mit Joghurt Dressing 9,1 KH* A1CG	<b>Erbeer-Sahne-schnitte</b> 40,6 KH* A1CG
<b>Dienstag, 14.02.2023</b>	<b>Milchreis</b> mit Zucker und Zimt, dazu Obst <sup>(8)</sup> (vegetarisch) 84,2 KH* G	<b>gegrillte Hähnchenbrust</b> in Tomaten-Basilikumsoße, mit Bandnudeln, dazu Obst <sup>(8)</sup> 72,4 KH* A1GI	<b>Gemüse-Köttbullar</b> mit Langkornreis und gebundenen Möhrengemüse, dazu Obst <sup>(8)</sup> 58,2 KH* A1CGI	<b>Kohlroulade</b> mit pikanter Hackfüllung, Kümmelsoße und Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu Obst <sup>(8)</sup> 53,3 KH* A1CIJ	<b>Salat „Athen“</b> mit Hirtenkäse, Oliven, Zwiebelringe, Gurken, Tomaten, bunten Blattsalat „Bari“ und Ei, dazu Joghurt Dressing 9,6 KH* CG	<b>Blattsalat</b> mit Joghurt Dressing 9,1 KH* A1CG	<b>Mandel-Bienen-stich</b> 27,9 KH* A1CGH1
<b>Mittwoch, 15.02.2023</b>	<b>Schweinegulasch</b> dazu Nudeln und Dessert 73,9 KH* A1I	<b>Cordon Bleu vom Schwein</b> mit Bratensoße und Kartoffelpüree, dazu Eichsfelder Bohnensalat mit Schmand 42,0 KH* A1GI	<b>Tomatensuppe</b> mit Kräutern und Vollkornreis, dazu Dessert 90,9 KH* A2	<b>paniertes Rotbarschfilet<sup>(5)</sup></b> mit Zitronen-Meerrettichsoße und Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu Eichsfelder Bohnensalat 89,5 KH* 8,60 € A1DGI	<b>Schnitzel</b> mit Kartoffelsalat <sup>(6)</sup> und Ketchup 51,2 KH* A1CJ	<b>Eichsfelder Bohnensalat</b> mit Schmand 6,3 KH* G	<b>Vanille-stange</b> 35,9 KH* A1CFGHK
<b>Donnerstag, 16.02.2023</b>	<b>Vollkornnudeln</b> mit Paprikastücken in Petersiliensoße, dazu Pudding (vegetarisch) 67,6 KH* A1GI	<b>Gyrosbraten</b> mit Soße, Kartoffeln <sup>(6)</sup> und Weißkrautsalat 44,2 KH* A1GI	<b>Porreegemüse</b> in Sahnesoße, mit Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu Pudding 84,4 KH* A1CI	<b>TIPP gegrillte Schweishaxe<sup>(3)</sup></b> dazu Schlachtekohl, Kartoffeln <sup>(6)</sup> und Senf 40,4 KH* 8,60 € A1IJ	<b>Salat „Athen“</b> mit Hirtenkäse, Oliven, Zwiebelringe, Gurken, Tomaten, bunten Blattsalat „Bari“ und Ei, dazu Joghurt Dressing 9,6 KH* CG	<b>Weißkraut-salat<sup>(6)</sup></b> 12,6 KH*	<b>Käse-kuchen</b> 37,4 KH* A1CG
<b>Freitag, 17.02.2023</b>	<b>Bockwurst<sup>(3,6,7)</sup></b> mit Ketchupsoße, Schnittbohnen und Kartoffelpüree 58,5 KH* A1GI	<b>TIPP Kasslernacken<sup>(3)</sup></b> auf Grünkohl <sup>(9)</sup> , mit Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu Senf 40,2 KH* A1IJ	<b>Reissuppe</b> mit Gemüse und Eierstich, dazu Obst <sup>(8)</sup> 67,7 KH* A1CGI	<b>gedünstetes Seelachsfilet<sup>(5)</sup></b> auf Spinat, mit Kartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu Obst <sup>(8)</sup> 33,0 KH* DI	<b>Boulette</b> mit Kartoffelsalat <sup>(6)</sup> und Ketchup 40,5 KH* A1CJ	<b>Blattsalat</b> mit Joghurt Dressing 9,1 KH* A1CG	<b>Himbeer-Sahne-Schnitte</b> 31,0 KH* A1CG
<b>Samstag, 18.02.2023</b>	<b>grüner Bohneneintopf</b> mit Schweinefleisch und Kartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu Dessert 32,9 KH* A1I	<b>Eierkuchen</b> (gefüllt mit Quark und Rosinen), dazu Schokosoße und Dessert 115,3 KH* A1CG	<b>Schweinenackenbraten</b> in Bratensoße, mit Kohlrabi-gemüse und Kartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu Dessert 43,5 KH* A1GI	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			
<b>Sonntag, 19.02.2023</b>	<b>Hähnchenkeule</b> in Geflügelsoße, mit Blumenkohl und Kartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu Dessert 42,2 KH* A1I	<b>Blumenkohl-Käse-Medaillon</b> mit Buttersoße und Püree, dazu Dessert 56,7 KH* A1CGI	<b>Burgunder Braten<sup>(3)</sup></b> in Bratenjus, mit Brokkoli und Klöße, dazu Dessert 75,3 KH* I	<b>Bestelltelefon Mo. – Fr.: von 7:00 bis 15:00 Uhr</b> <b>☎ 0800/962 84 01</b> www.fm-teistungen.de EU-Zulassungs-Nr. DETH03399EG <b>Gebührenfrei aus dem deutschen Festnetz.</b>			

\* 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)

<b>Montag, 13.02.2023</b>							
<b>Dienstag, 14.02.2023</b>							
<b>Mittwoch, 15.02.2023</b>							
<b>Donnerstag, 16.02.2023</b>							
<b>Freitag, 17.02.2023</b>							

<b>Samstag, 18.02.2023</b>	Wochenende					
<b>Sonntag, 19.02.2023</b>	Wochenende					

*Guten Appetit*  
wünscht Frisch Menü GmbH

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