

MENÜPLAN 14. Woche vom 03.04. bis 09.04.2023

! Bitte beachten Sie unser paniertes Rotbarschfilet am Mittwoch im Extra Menü! Neue Preise ab 14. KW 2023!

14. KW vom 03.04. bis 09.04.2023

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	Nachtsch 7
Montag, 03.04.2023	Nudelsuppe mit Fleischklößchen, Gemüse und Eierstich, dazu Brötchen 62,9 KH* A1CGI	gedünstete Hähnchenbrust mit Letschosoße und Kartoffeln ⁽⁶⁾ 41,1 KH* A1I	Blumenkohl-Käse-Medaillon mit Petersiliensoße und Püree, dazu Dessert 56,7 KH* A1GI	gekochtes Rindfleisch in Apfel- Meerrettichsoße, mit Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Senfgurken ⁽⁴⁾ 45,9 KH* A1FGIJ	3 Wiener Würstchen^(3,6,7) mit Nudelsalat und Ketchup 51,0 KH* A1J	Eisberg-salat mit French Dressing 9,1 KH* G	Käse-Manda-rinen-Schnitte 26,3 KH* A1CG
Dienstag, 04.04.2023	Hähnchenragout⁽⁶⁾ mit Erbsen und Möhren, dazu Vollkornreis 59,9 KH* A1GI	gedünstetes Seelachsfilet⁽⁵⁾ mit Senfrahmsoße, Erbsen und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ 50,9 KH* A1DGIJ	Schnittlauchquark mit Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 44,0 KH* G	Ratsherrenteller (Nackensteak mit Letscho und Zwiebeln), dazu Schwenkkartoffeln ⁽⁶⁾ , Dessert 38,2 KH* A1I	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	Urkorn-Heidel-beer-Himbeer-Kuchen 31,0 KH* A1CG
Mittwoch, 05.04.2023	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	TIPP paniertes Rotbarschfilet⁽⁵⁾ mit Zitronen-Meerrettichsoße und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Gurken-Tomatensalat 89,5 KH* 8,60€ A1DGIJL	3 Wiener Würstchen^(3,6,7) mit Nudelsalat und Ketchup 51,0 KH* A1J	Gurken-Tomaten-salat 11,8 KH* L	Pudding-brezel 55,3 KH* A1CFIH1H2K
Donnerstag, 06.04.2023	Grießbrei mit warmen Pfirsichwürfel, 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	Geflügelleber mit einer Zwiebel-Rotweinssoße ⁽¹⁰⁾ und Kartoffelpüree, dazu Dessert 38,8 KH* 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	Rha-barber-Erdbeer-kuchen 39,0 KH* A1CG
Freitag, 07.04.2023	Karfreitag	Eieromelett im Gemüsebett (Möhren, Brokkoli, Bohnen, Schwarzwurzeln) mit br. Butter und Püree, Dessert 33,8 KH* A1CGI	Gemüsemaultaschen mit Kräuterrahmsoße, dazu Dessert 54,8 KH* A1GI	gedünstete Scholle⁽⁵⁾ in Kräutersoße, mit Brokkoli und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 37,7 KH* A1DGI			
Samstag, 08.04.2023	Steckrübeneintopf mit Kasslerfleisch ⁽³⁾ , dazu Dessert 32,1 KH* A1I	Sellerieschnitzel mit Gemüsecremesoße und Kartoffelpüree, dazu Dessert 63,2 KH* A1GI	Schweinegulasch mit frischen Champignons und Fusilli Nudeln, dazu Dessert 73,9 KH* A1				
Sonntag, 09.04.2023	Brabanter Kasslerbraten⁽³⁾ (mit Backpflaumen) in feiner Soße, Blumenkohl und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 62,8 KH* A1GI	vegetarische Paprikaschote mit einer Soja-Weizenfüllung, in Tomatensoße, mit Püree, dazu Dessert 61,6 KH* A1CFGIJ	Kaninchenkeule mit Soße, Rotkohl ⁽⁴⁾ und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 52,3 KH* A1GIJL				

Montag, 03.04.2023						
---------------------------	--	--	--	--	--	--

Dienstag, 04.04.2023						
-----------------------------	--	--	--	--	--	--

Mittwoch, 05.04.2023						
-----------------------------	--	--	--	--	--	--

Donnerstag, 06.04.2023						
-------------------------------	--	--	--	--	--	--

Freitag, 07.04.2023						
----------------------------	--	--	--	--	--	--

Samstag, 08.04.2023	Wochenende					
----------------------------	------------	--	--	--	--	--

Sonntag, 09.04.2023	Wochenende	2	3	4		
----------------------------	------------	----------	----------	----------	--	--

* 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

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

Guten Appetit
wünscht Frisch Menü GmbH