

MENÜPLAN 16. Woche vom 17.04. bis 23.04.2023

! Bitte beachten Sie unsere hausgemachte Rinderroulade am Mittwoch im Extra Menü!

16. KW vom 17.04. bis 23.04.2023

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, 17.04.2023	Möhreneintopf mit Kasslerfleisch ⁽³⁾ , dazu Dessert 39,6 KH* A1I	Schweinenackensteak in Zwiebelsoße, mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 53,3 KH* A1GI	Rucola-Süßkartoffel-Schnitte mit Schnittlauchsoße und Püree, dazu Dessert 31,0 KH* A1A3GI	paniertes Schweineschnitzel Champignons à la crème, Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 66,6 KH* A1CGI	Quarktöpfchen⁽²⁾ (Vanillequark mit Mandarinen), dazu Milchbrötchen und Zucker & Zimt 53,3 KH* G	Salatmischung Hip Hop mit Joghurt Dressing 7,9 KH* CG	Schwarzwälder Kirsch Kuchen 32,5 KH* A1CG
Dienstag, 18.04.2023	Currybockwürstchen^(3,6,7) in Currysoße, mit Kartoffelpüree, dazu Gurken-Bohnensalat 65,3 KH* A1GI	TIPP Heringsfilet⁽⁵⁾ nach „Hausfrauenart“ in Dill-Sahne, mit Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert (2 Folien) 56,4 KH* A1CDGIJ	Vollkornnudeln in Gemüse-Sahnesoße, dazu Gurken-Bohnensalat 80,9 KH* A1GI	Putenroulade gefüllt mit Speck ⁽³⁾ und Zwiebeln, dazu Soße, Möhrengemüse und Reis, Dessert 57,0 KH* A1J	Salat „Chicken run“ mit Hähnchennuggets, Gurken, Tomaten, Salatmischung „Hip Hop“ und Ei, dazu Joghurt Dressing 19,6 KH* A1CG	Gurken-Bohnensalat 11,8 KH* L	Apfel-Butterstreuselkuchen 50,7 KH* A1CG
Mittwoch, 19.04.2023	Soljanka^(3,4) dazu Toastbrot und Dessert 33,6 KH* A1GIJ	gegrillte Hähnchenbrust in feiner Soße, mit Rotkohl ⁽⁴⁾ und Kartoffeln ⁽⁶⁾ 67,7 KH* A1I	Kartoffel⁽⁶⁾-Blumenkohl-Auflauf mit Käse überbacken, dazu Dessert 39,0 KH* A1CGI	TIPP hausgemachte Rinderroulade mit Soße, Apfelrotkohl ⁽⁴⁾ und Thüringer Klöße, dazu Dessert 66,9 KH* 9,00€ A1FGIL	Heringsalat in Joghurtsoße, mit Butter und Baguette 16,3 KH* CDGI	Salatmischung Hip Hop mit Joghurt Dressing 7,9 KH* CG	Plunder Rosinenschnecke 63,3 KH* A1CFGH1H2K
Donnerstag, 20.04.2023	Graupensuppe mit Schweinefleisch, Gemüse und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Brotscheibe 37,9 KH* A1A3I	Putensteak mit Soße, dazu Blumenkohl mit brauner Butter und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ 48,8 KH* A1GI	Vanille-Grießbrei mit warmen Sauerkirschen, dazu Zucker und Zimt 109,5 KH* A1G	Schweineleber „Berliner Art“ mit einer Apfel-Zwiebelsoße und Kartoffelpüree, dazu Dessert 32,7 KH* A1G	Salat „Chicken run“ mit Hähnchennuggets, Gurken, Tomaten, Salatmischung „Hip Hop“ und Ei, dazu Joghurt Dressing 19,6 KH* A1CG	Salatmischung Hip Hop mit Joghurt Dressing 7,9 KH* CG	Mandel-Bienenstich 27,9 KH* A1CGH1
Freitag, 21.04.2023	Spaghetti Napoli mit italienischer Tomatensoße, dazu Parmesankäse und Kompott (vegetarisch) 81,8 KH* A1CGI	paniertes Seelachsfilet⁽⁵⁾ mit Petersiliensoße und Reis, dazu Rote-Bete-Salat ⁽⁴⁾ 61,1 KH* A1DGI	Rührei mit Spinat und Salzkartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Kompott 36,2 KH* A1CGI	Braumeistersteak in Schwarzbiersoße ⁽¹⁰⁾ mit Zwiebeln, dazu Rosenkohl und Spätzle, Kompott 66,0 KH* A1A3CI	Schwarzwälder Quarkpokal⁽²⁾ (Vanillequark mit Sauerkirschen und Schokostreusel) 94,0 KH* G	Rote-Bete-Salat⁽⁴⁾ 6,8 KH* CG	Zwetschgen Streuselkuchen 39,0 KH* A1CG
Samstag, 22.04.2023	Hacksteak in Bratensoße, mit Bohnengemüse und Kartoffelpüree, dazu Dessert 92,2 KH* A1GI	vegetarischer Gemüseeintopf mit Würfelkartoffeln ⁽⁶⁾ , Karotten, Erbsen, Kohlrabi und Lauch, dazu Dessert 28,7 KH* A1I	Krustenbraten in Bratensoße, mit Apfelrotkohl ⁽⁴⁾ und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 51,1 KH* A1IJ	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, 23.04.2023	Hähnchenbrust natur mit Geflügelcremesoße, Möhrengemüse und Reis, dazu Dessert 52,9 KH* A1GI	Gemüse-Knusperfrikadelle mit Holländischer Soße und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 68,6 KH* A1CFGI	Rinderbraten in Soße, Blumenkohl mit br. Butter und Kartoffeln ⁽⁶⁾ , dazu Dessert 42,8 KH* A1FGI				

* 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, 17.04.2023						
Dienstag, 18.04.2023						
Mittwoch, 19.04.2023						
Donnerstag, 20.04.2023						
Freitag, 21.04.2023						

Samstag, 22.04.2023	Wochenende			
Sonntag, 23.04.2023	Wochenende	2	3	4

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