MENÜPLAN 02.09. bis 08.09.2024 | 36. Woche

	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Vegetarisch	Extra Menü	Kaltmenü	Salat	Beilagen-Salat	Nachtisch
Montag, 02.09.2024	**veg. Möhreneintopf** mit Kartoffeln(6) und Gartenkräutern, dazu ein Brötchen **42,4 KH*** A1, F, I	**Schinkenomelett** auf Blattspinat, dazu Salzkartoffeln(6), Dessert **53,2 KH*** A1, C, G, I	TIPP **Chinapfanne** Hähnchenbruststreifen auf süß-/saurem Gemüse, dazu Basmatireis, Dessert **74,0 KH*** F, I	**Schmackhafte Kartoffelpuffer** mit Kräuterquark, Dessert **66,2 KH*** G, L	**Hausgemachte Rinderroulade** mit deftiger Sauce, dazu Rotkohl(4) und zwei große Thüringer Klöße, Dessert **64,8 KH*** A1, I, J	**Paniertes Schweineschnitzel** mit Kartoffelsalat(2)+(4), Salatgarnitur und Senf **48,5 KH*** A1, C, G, J	**„Chicken run"** Hähnchen-Nuggets(9) auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing, ein Brötchen **51,5 KH*** A1, C, G, I, J	**Eisbergsalat** mit Sauerrahm-Dressing **7,9 KH*** C, G, J	**Himbeer-Stracciatella-Sahneschnitte** **27,2 KH*** A1,C,G,H1
Dienstag, 03.09.2024	**Schweinegulasch** mit Rahmsauce, dazu Spiralnudeln und Karotten-Weißkohlsalat(2)+(4) **80,3 KH*** A1, F, G, I	**Bratwurst „Thüringer Art"(2+7)** auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree und Senf, Dessert **45,4 KH*** G, I, J	**Hähnchen-Cordon bleu** mit Schinken und Käse gefüllt, dazu Brokkoli und Salzkartoffeln(6) **65,3 KH*** A1, F, G, I	TIPP **Frühlingsrolle** mit süß/saurer Sauce, dazu Vollkornreis und Eisbergsalat mit Dressing **95,9 KH*** A1, C, F, G, I, J	**Schnitzel „Hessische Art"** mit Schmandsauce und Gouda(1)+(2) überbacken,dazu Minikartoffeln(6) und Eisbergsalat mit Dressing, Dessert **93,7 KH*** A1, C, F, G, I, J	**Heringssalat(5)** mit Roter Bete, Äpfeln, Zwiebeln und Gurken, dazu ein Brötchen und Butter **51,3 KH*** A1, C, D, G, I, J	**„Chicken run"** Hähnchen-Nuggets(9) auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing, ein Brötchen **51,5 KH*** A1, C, G, I, J	**Karotten-Weißkohlsalat(2)+(4)** **13,6 KH*** G, I	**Apfel-Streuselkuchen** **50,8 KH*** A1,C,G
Mittwoch, 04.09.2024	**Pichelsteiner Gemüsetopf** mit Rindfleisch und verschiedenem Gemüse, dazu ein Brötchen **35,3 KH*** A1, F, I	**Kasselerkammbraten(3)** mit Sauce, dazu Scheibenkarotten und Salzkartoffeln(6) **42,7 KH*** A1, F, G, I	TIPP **Frikadelle** mit Rahmchampignons, dazu Butterspätzle und gemischter Salat mit Dressing **71,1 KH*** A1, C, F, G, I, J	**Milchreis** mit Zucker und Zimt, dazu Fruchtcocktail **172,1 KH*** G	**Schlemmerfilet "Italiano"** Fischfilet mit Auflage aus Tomatenwürfeln, Zwiebeln, Sauerrahm, dazu Salzkartoffeln(6) und Eisbergsalat mit Dressing, Dessert **60,0 KH*** A1, C, D, G, J	**Hausmacher Fleischsalat** mit zwei halben Eiern, dazu ein Brötchen und Butter **39,6 KH*** A1, C, G, J	**„Chicken run"** Hähnchen-Nuggets(9) auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing, ein Brötchen **51,5 KH*** A1, C, G, I, J	**Mixsalat** mit Sauerrahm-Dressing **7,9 KH*** C, G, J	**Leckere Nussecke** **54,9 KH*** A1,C,F,G ,H1,H2,K
Donnerstag, 05.09.2024	**Geflügelfrikadellen-Bällchen** mit Rahmsauce, dazu Leipziger Allerlei und Butterreis **74,3 KH*** A1, C, F, G, I, J	**Currybockwürstchen(2)** mit Curryketchup-Sauce, dazu Kartoffelpüree, Dessert **58,2 KH*** A1, G, I	**Gekochtes Rindfleisch** mit Apfel-Meerrettichsauce und Bouillonkartoffeln(6) **44,3 KH*** A1, G, I	**Kartoffeltaschen „Toskana"** gefüllt mit Tomate, Frischkäse und Mozzarella, dazu Brokkoli und Basilikum-Sahnesauce, Dessert **65,9 KH*** A, F, G, I	**Sommerhaxe** (extra verpackt), mit Kartoffel-Krautsalat, Senf, Dessert **32,4 KH*** C, J	**Fruchtpokal „Jogger Becher"** Sahnequark mit Früchten, Schokoraspeln und Bircher Müsli **128,4 KH*** A1, G, H1, H2	**„Chicken run"** Hähnchen-Nuggets(9) auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing, ein Brötchen **51,5 KH*** A1, C, G, I, J	**Mixsalat** mit Sauerrahm-Dressing **7,9 KH*** C, G, J	**Donauwelle** **27,3 KH*** A1,C,G
Freitag, 06.09.2024	**Gefüllte Paprikaschote** mit Tomaten-Kräuter-Sauce, dazu Reis, Dessert **73,1 KH*** A1, C, F, I	TIPP **Schmackhafte Lachswürfel(5)** in Sahnesauce mit Gemüsestreifen, dazu Bandnudeln **64,5 KH*** A1, D, G, I	**Paniertes Schweinekotelett** mit Bratensauce, dazu Salzkartoffeln(6) und Brechbohnensalat in saurer Sahne **69,5 KH*** A1, G, I	**Farfalle-Nudeln „Tricolor"** mit Tomatensauce, dazu gemischter Salat mit Dressing **96,0 KH*** A1, C, F, G, I, J	**Thüringer Rostbrätel** Nackensteak mit Schwenkzwiebeln, dazu Bratkartoffeln(6) und Brechbohnensalat in saurer Sahne, Dessert **42,8 KH*** A3, G, J	**Krabbencocktail(2)** mit Champignons und Spargel, dazu ein Brötchen und Butter **48,5 KH*** A1, B, C, G, J	**„Chicken run"** Hähnchen-Nuggets(9) auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing, ein Brötchen **51,5 KH*** A1, C, G, I, J	**Brechbohnensalat** in saurer Sahne **6,3 KH*** G	**Rharbarber-Erdbeerkuchen** **40,0KH*** A1,C,G
Samstag, 07.09.2024	**Hausgem. Grünkohleintopf** mit Karotten, Kartoffeln und Rauchendenscheiben(2+3), Dessert **56,6 KH*** A1,I,J	TIPP **Putenfrikassee** in Holländischer Sauce mit Spargelstücken, dazu Gemüsereis, Dessert **67,6 KH*** A1, F, G, I	**Vegetarische Gemüsemaultaschen** in Kräuterrahmsauce, Dessert **71,2 KH*** A1, C, G, I	**Geflügelroulade „Hausfrauen Art"** mit Geflügelsauce, dazu Butterreis und Leipziger Allerlei, Dessert **72,9 KH*** A1, F, G, I, J					
Sonntag, 08.09.2024	TIPP **Kasselerrücken(3)** mit Sauce, dazu Rotkohlgemüse(4) und Thüringer Klöße, Dessert **60,8 KH*** A1, G, I	**Schweinebraten** in deftiger Sauce, dazu Rotkohlgemüse(4) und Thüringer Klöße, Dessert **68,1 KH*** A1, G, I	**Mediterranes Ratatouille-Gemüse** mit buntem Reis, dazu Eisbergsalat mit Dressing, Dessert **86,4 KH*** A1, C, F, G, I, J	**Großer Grillteller** mit Bratwürstchen(2)+(7), kleinen Frikadellen und Spießbraten, dazu Paprika-/Tomatensauce und Djuvecreis, Dessert **76,0 KH*** A1, C, F, I, J					

Wir wünschen guten Appetit!

FRISCH GEKOCHT! ★★★★★ IHR REGIONALER ANBIETER AUS BAUNATAL ★★★★★ www.frisch-menü.de

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.frisch-menü.de**

EU-Zulassungs-Nr. HE 30376

* Kohlenhydrat-Berechnung (KH) bezieht sich auf das Menü ohne Dessert in Gramm (g).

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

0800/750 66 66

Gebührenfrei aus dem deutschen Festnetz.