



| 27.11. - 01.12.2023<br>Cook & Chill                             | Montag   | Dienstag   | Mittwoch   | Donnerstag   | Freitag  |
|---|--|--|--|--|--|
| <b>Suppe</b>  | *Rinderbrühe mit Kalbsbrätlnklöschchen<br>I,J;O  | (V) Pilzrahmsuppe A;G;I;J  | (V) Klare Gemüsesuppe mit Nudeln<br>A;C;I;J  | (V) Kürbiscremesuppe A;G;I;J   | *Rinderbrühe mit Gemüse und Riebele A;C;I;J  |
| <b>Rohkost</b>  | 1 Karotte  | 1 Tomate   | ½ Paprika  | 1 Karotte  | ¼ Gurke  |
| <b>Dessert</b>  | Ananas-Kokosjoghurt G  | Himbeerquark G   | Schokopudding G  | Rote Grütze  | Kuchen A;C;G;H   |
| <b>Obst</b>   | 1 Bio-Apfel  | 1 Bio-Apfel  | 1 Mandarine  | 1 Banane   | 1 Birne  |
| <b>Menü 1</b><br>+ 1 Sättigungsbeilage<br>+ 1 Gemüse oder Salat | *Paniertes Putenschnitzel mit Bratensoße A;C;I;J   | *Rindfleischküchle mit Burgerdip A;C;E;F;I;J   | *Hühnerfrikassee A;G;I;J   | *Lachsrikadelle mit Remoulade A;C;D;G;I;J  | *Kalbfleischbällchen in Rahmsoße A;C;G;I;J   |
| <b>Menü 2</b><br>+ 1 Sättigungsbeilage<br>+ 1 Gemüse oder Salat | *Paniertes Schweineschnitzel mit Bratensoße A;C;I;J  | (V) Gebackenes Gemüseschnitzel mit Burgerdip A;C;G;E;F;I;J   | (V) Soja-Gemüse-Frikassee A;F;G;I;J  | (V) Gemüse-Käsenuggets mit Remoulade A;C;G;I;J   | (V) 1 Spinat-Karotten-Dinkel-Käsebratling mit Kürbissoße A;C;G;H;I;J   |
| <b>Menü 3</b><br>+ 1 Sättigungsbeilage<br>+ 1 Gemüse oder Salat | (V) Grünkern-Linsen-Gemüsebratling mit Kürbissoße A;C;G;H;I;J  |  |  |  |  |
| <b>Menü 4</b><br>Aufläufe & Gratins<br>+ 1 Gemüse oder Salat    |  | (V) Kartoffel-Käsegratin A;C;G;I;J   | (V) Heißer Vanille-Milchreis mit Zimt und Zucker G   | (V) Pennenudeln mit Gemüserahmsoße A;C;G;I;J   | (V) Knöpfele-Käsespätzle mit Rahm und Zwiebelschmelze A;C;G;I;J  |
| <b>Menü 5</b><br>Bio-Wochengericht<br>+ 1 Gemüse oder Salat     | (V) Bio-Linsen-Soja-Gemüse-Haschee mit weißem Bio-Reis A;F;I;J   | (V) Bio-Spaghetti mit Bio-Tomatensoße und Bio-Reibekäse A;C;G;I;J  | (V) Bio-Spaghetti mit Bio-Tomatensoße und Bio-Reibekäse A;C;G;I;J  | (V) Bio-Spaghetti mit Bio-Tomatensoße und Bio-Reibekäse A;C;G;I;J  | (V) Bio-Spaghetti mit Bio-Tomatensoße und Bio-Reibekäse A;C;G;I;J  |
| <b>Sättigungsbeilage 1</b>                                      | Fussili A;C  | Hamburgersemmel A;K  | Bio-Vollkornreis   | Salzkartoffeln   | Kartoffelstampf G  |
| <b>Sättigungsbeilage 2</b>                                      | Kartoffelsalat I;J   | Kleine Ofenkartoffel I;J   | Salzkartoffeln   | Vollkorn-Hörnlenudeln A;C  | Spätzle A;C  |
| <b>Gemüsebeilage</b>  | Bio-Mais   | Zuckermais   | Bio-Apfelmus   | Glaciertes Karottengemüse  | Bio-Erbesen  |
| <b>Salat</b>  | Rote-Bete-Apfelsalat I;J   | Gurken-Tomatenscheiben   | Blattsalat   | Rote-Betesalat I;J   | Chinakohlsalat   |
| <b>Salatdressing</b>  | Frenchdressing 0,5 L G;I;J   | Joghurdressing 0,5 L C;G;I;J   | Kräuterdressing 0,5 L I;J  | Balsamicodressing 0,5 L I;J;L  | Paprika-Sauerrahmdressing 0,5 L G;I;J  |
| <b>Wochensalat</b><br>Ohne Suppe/ohne Dessert                   | **"Chefsalat" mit Putenschinken, Ei, Emmentaler, Mais, Tomate, Joghurdressing und 1 Vollkornsemmel A;C;G;I;J;O           | **"Chefsalat" mit Putenschinken, Ei, Emmentaler, Mais, Tomate, Joghurdressing und 1 Vollkornsemmel A;C;G;I;J;O                 | **"Chefsalat" mit Putenschinken, Ei, Emmentaler, Mais, Tomate, Joghurdressing und 1 Vollkornsemmel A;C;G;I;J;O   | **"Chefsalat" mit Putenschinken, Ei, Emmentaler, Mais, Tomate, Joghurdressing und 1 Vollkornsemmel A;C;G;I;J;O   | **"Chefsalat" mit Putenschinken, Ei, Emmentaler, Mais, Tomate, Joghurdressing und 1 Vollkornsemmel A;C;G;I;J;O               |
| <b>Sonderkost</b><br>Ohne Suppe/ ohne Dessert                   | Sonderkost nach ärztlicher Anforderung einzeln verpackt  | Sonderkost nach ärztlicher Anforderung einzeln verpackt  | Sonderkost nach ärztlicher Anforderung einzeln verpackt  | Sonderkost nach ärztlicher Anforderung einzeln verpackt  | Sonderkost nach ärztlicher Anforderung einzeln verpackt  |
| <b>Wissenswertes</b>  | <i>Die Rinderbrühe kochen wir aus Rinderknochen, Lauch, Sellerie, Karotten, Zwiebeln, Tomaten Kräutern und Gewürzen.</i> | <i>Die Ofenkartoffel liefern uns Vitamin C, Vitamin B und sind eine gute Kaliumquelle. Sind fettarm und leicht verdaulich.</i> | <i>Unsere klare Gemüsesuppe mit Nudeln kochen wir aus frischen Zutaten wie Möhren, Lauch, Zwiebeln, Kohlrabi, Sellerie und Gewürzen. Die mit vielen Eiern selbstgemachten Nudeln, machen die Suppe herzhaft.</i> | <i>Die Kürbiscremesuppe heizt nicht nur den Körper ein sondern auch die Seele. Ist ein guter Eisenlieferant und stärkt damit auch unser Immunsystem.</i> | <i>Die Kalbfleischbällchen sind aus frischem Kalbfleisch nach einem hauseigenen Rezept von unserem Metzgermeister Matze.</i> |