

Weiß: Zur Mitgabe für den Fahrer  
 Blau: Für Ihren Haushalt



# Speiseplan

vom: 12. August - 18. August

Name:

Bei zwei Personen in einem Haushalt bitte **zwei Speisepläne** ausfüllen!!!

Bitte kreuzen Sie die gewünschten Menüs für die ganze Woche an und geben Sie den weißen Plan spätestens am Donnerstag für die darauf folgende Woche wieder dem Fahrer mit. Vielen Dank

33	Menü 1	Vollkost	✓	Menü 2	Leichte Vollkost	✓	Menü 3	Vegetarisch	✓
Montag	Schweinerückensteak <sub>M,La,1,2,7</sub> „Mexico“ mit Kartoffelgratin und Mischgemüse			Putenrolle „Gärtnerin“ <sub>GW,M,La,EI</sub> mit Gemüsereis <sub>SE</sub>			Tortellini mit Ricottakäse <sub>GW,M,La,Ei,Se</sub> und Karottengemüse		
	Vanillepudding <sub>M,La</sub>			Pfirsichschnitze <sub>5</sub>			Vanillepudding <sub>M,La</sub>		
	mit Salat			mit Salat			mit Salat		
Dienstag	Schwäbischer Sauerbraten mit Kartoffelknödel <sub>GW,M,La,EI</sub> und Apfelrotkraut			Eingemachtes Schweinefleisch <sub>M,la</sub> mit Bandnudeln und Karottengemüse			Spitzkohl-Schupfnudel-Auflauf mit Honig-Senfsoße <sub>M,La,SE</sub>		
	Buttermilchdessert <sub>M,La,5</sub>			Früchtecreme <sub>M,La,5</sub>			Buttermilchdessert <sub>M,La,5</sub>		
	mit Salat			mit Salat			mit Salat		
Mittwoch	Schweinbraten „Jäger Art“ <sub>So,M,La,1,2,7</sub> mit Bandnudeln und Romanescogemüse			Kalbsbraten <sub>M,La</sub> mit Teigwaren und Romanescogemüse			Vollkornspaghetti mit Mais-Tomaten- soße und geriebenem Käse		
	Cremespeise <sub>M,La</sub>			Quarkspeise <sub>M,La</sub>			Cremespeise <sub>M,La</sub>		
	mit Salat			mit Salat			mit Salat		

-Bitte wenden-

33	Menü 1	Vollkost	✓	Menü 2	Leichte Vollkost	✓	Menü 3	Vegetarisch	✓
Donnerstag	Gekochtes Ochsenfleisch mit Meerrettichsoße, Kartoffele und Wirsinggemüse <sub>M,La</sub>			Hähnchenbrustfilet <sub>M,La</sub> mit Kräutersoße <sub>So,M,La</sub>			Quark- Pfannkuchen <sub>GW,M,La,Ei</sub> mit Kirschen <sub>5</sub>		
	Fruchtkompott <sub>5</sub>			Teigwaren und Gemüse			Pudding <sub>M,La,5</sub>		
	mit Salat			Mandarinen <sub>5</sub>			mit Salat		
Freitag	Matjesfilet <sub>F</sub> Sylter Art mit Zwiebel-Apfel-Dip <sub>M,La,Ei,Se,1,6,7</sub> dazu Kartoffele			Fischfilet in Dillsoße <sub>M,La</sub> mit Kartoffele und Spinat			Käsespätzle <sub>GW,Ei,M,La</sub> geschmälzt mit Rahmsoße <sub>M,La</sub>		
	Kuchen			frisches Obst			Kuchen		
	mit Salat			mit Salat			mit Salat		
Samstag	Rinderbraten mit Reis und Mischgemüse			Bratwurst mit Bratensoße Petersilienkartoffeln und Kohlrabi			Frühlingsrolle <sub>GW,Ei</sub> mit Reis und Chinagemüse		
	Exotischer Fruchtcocktail <sub>5</sub>			Joghurt <sub>M,La</sub>			Exotischer Fruchtcocktail <sub>5</sub>		
	mit Salat			mit Salat			mit Salat		
Sonntag	Kalbsrahmbraten <sub>M,La</sub> mit Teigwaren und Kaisergemüse			Schweinebraten mit Spätzle und Kaisergemüse			Gemüseschnitzel mit Jägersoße <sub>So,M,La,1,5,7</sub> Teigwaren und Kaisergemüse		
	Nusscreme <sub>M,La,SF</sub>			Pistaziencreme <sub>M,La,SF</sub>			Nusscreme <sub>M,La,SF</sub>		
	mit Salat			mit Salat			mit Salat		
Weitere Informationen laut EU-Lebensmittel VO entnehmen Sie bitte aus der Anlage 1 zu Ihrer "Vereinbarung Mobiles Menü"									