

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

# Speiseplan

vom: 10. Januar – 16. Januar

Name, Vorname

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

	Menü 1 Vollkost	✓	Menü 2 Leichte Vollkost	✓	Menü 3 Vegetarisch	✓
Montag	Grobe Bauernbratwurst mit Röstzwiebeln Sauerkraut und Kartoffele  Kokos- Vanillecreme <sub>M,La,5</sub>		Brätklöße mit Kartoffelpüree und Mischgemüse  frisches Obst		Eierhaber <sub>M,La,Ei</sub> mit Apfelmus und Zimt-Zucker  Koko-Vanillescreme <sub>5</sub>	
	mit Salat		mit Salat		mit Salat	
Dienstag	Schweinesteak „Hawaii“ <sub>M,La,1,2,7</sub> mit Kartoffel-Wedges und Mischgemüse  Mandarinenquark <sub>5,M,LA</sub>		Kalbsgeschnetzeltes dazu Kräuterreis und Brokkoli  Exotischer Fruchtcocktail <sub>5</sub>		Gefüllte Paprika <sub>GW,Ei,So,Sl,Se</sub> dazu Vollkornreis mit Tomatensalat  Mandarinenquark <sub>5,M,LA</sub>	
	mit Salat		mit Salat		mit Salat	
Mittwoch	Rinderroulade <sub>GW,M,La,1,2,7</sub> dazu Teigwaren und Rosenkohl  frisches Obst		Rindergulasch mit Spätzle <sub>GW,Ei</sub>  Quarkspeise <sub>M,La</sub>		veg. Maultaschen <sub>GW,Sl,Ei</sub> geschmälzt dazu Kartoffelsalat  frisches Obst	
	mit Salat		mit Salat		mit Salat	

-Bitte wenden-

# Speiseplan vom: 10. Januar – 16. Januar

2	<b>Menü 1 Vollkost</b>	✓	<b>Menü 2 Leichte Vollkost</b>	✓	<b>Menü 3 Vegetarisch</b>	✓
Donnerstag	Pan. Schnitzel "Toscana" <sup>GW,M,La,Ei</sup> mit Parmesan,Kräuter und Gemüse dazu Reis  Apfelquark <sub>M,LA</sub>		Weißwurst <sub>3</sub> mit Kräuterpüree <sub>M,LA</sub> und Mischgemüse  Schokoladenpudding <sub>M,La</sub>		Gemüsebällchen an Pilzsoße <sub>1,2,7</sub> mit Reis  Apfelquark <sub>5,M,LA</sub>	
	mit Salat		mit Salat		mit Salat	
Freitag	Schollenfilet <sub>F</sub> an Sauce Bearnaise <sub>M,La</sub> mit Kräuterkartoffeln und Brokkoli  Erdbeerpudding <sub>M,LA</sub>		Seelachsfilet <sub>F</sub> an Dillsoße <sub>M,La</sub> mit Reis und Brokkoli  Rote Grütze <sub>5</sub>		Käsespätzle <sup>GW,Ei,M,La</sup> geschmälzt an Rahmsoße <sub>M,La</sub>  Kuchen	
	mit Salat		mit Salat		mit Salat	
Samstag	Frische grobe Bratwurst <sub>1,2,7</sub> dazu Petersilienkartoffeln mit Kohlrabi  Joghurt <sub>M,La</sub>		Heiße Lyoner mit Würfelpotatoes und Mischgemüse  Mandarinen <sub>5</sub>		Gemüse Eintopf <sup>GW,Ei</sup> mit Brötchen  Exotischer Fruchtcocktail <sub>5</sub>	
	mit Salat		mit Salat		mit Salat	
Sonntag	Kalbsrahmbraten <sub>M,La</sub> mit Teigwaren und Kaisergemüse  Nusscreme <sub>M,La,SF</sub>		Schweinebraten dazu Kartoffele mit Kaisergemüse  Erdbeercreme <sub>M,La</sub>		Vollkornbratling an Jägersoße <sub>So,M,La,1,5,7</sub> mit Teigwaren und Kaisergemüse  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"						