

Name: \_\_\_\_\_  
 Adresse: \_\_\_\_\_

## Ihre Menüauswahl für die 41. Woche vom 8. Oktober bis zum 14. Oktober

Planabgabe bis zum

2. Oktober 2018

**Service-Telefon:**  
 Caritasverband, Frau Morell:  
 0611-58079960  
 Fax: 0611-58079965



|                    | Tagesmenü<br>€ 7,70<br>rot  | Tagesmenü kleine Portion<br>€ 6,90<br>doppeltrot | D-Menü<br>€ 7,80<br>blau   | Leckere Vielfalt<br>€ 7,80<br>grün  | Spezialmenü<br>€ 8,00<br>orange  | Vegetarische Speise<br>€ 7,70<br>pink   | Gut & Günstig<br>€ 6,55<br>braun  | Salat & Co (kalt)<br>€ 7,40<br>silber   | Süßspeise<br>€ 6,90<br>weiß  | Abendbrot<br>(wird mittags geliefert)<br>€ 5,20   | Klassik Menü<br>(Einwegverpackung)<br>€ 7,50<br>gelb   |
|--------------------|---|--|--|---|--|---|---|---|--|---|--|
| Montag 08. Okt     | <input type="checkbox"/> <b>Mini-Hacksteaks</b><br>vom Schwein in Bratensoße mit Bohnen und Salzkartoffeln<br>KJ414 EW5,5 KH8,6 Fett4,7 BE0,7<br>Gesamt: 3,9 BE<br>(Schwein, 5, A1, C, I, J)<br>Dessert       | <input type="checkbox"/>                         | <input type="checkbox"/> <b>Geflügelleber</b><br>in Zwiebel-Apfel-Soße mit Kartoffelpüree und Möhren<br>KJ274 EW4,0 KH6,5 Fett2,5 BE0,5<br>Gesamt: 3,1 BE<br>(Geflügel, 5, 9, A1, G, I)<br>Dessert             | <input type="checkbox"/> <b>Gefüllte Paprikaschote</b><br>mit Hackfleisch vom Schwein und Tomatensoße dazu Reis<br>KJ400 EW2,8 KH14,3 Fett2,8 BE1,2<br>Gesamt: 6,7 BE<br>(Schwein, A1, C, I)<br>Dessert | <input type="checkbox"/> <b>Schweinerückenbraten</b><br>mit Kaisergemüse und Kartoffeln<br>KJ245 EW6,0 KH6,5 Fett0,9 BE0,5<br>Gesamt: 2,9 BE<br>(Schwein, 5, A1, I)  | <input type="checkbox"/> <b>Maultaschen "vegetarisch"</b><br>in Tomatensoße mit geriebenem Käse und Möhren-Rohkostsalat<br>KJ225 EW1,6 KH14,2 Fett1,2 BE0,7<br>Gesamt: 3,8 BE<br>(Vegetarisch, A1, C, I, J)<br>Dessert  | <input type="checkbox"/> <b>Spaghetti "Bolognese"</b><br>vom Rind dazu Gurkensalat<br>KJ475 EW4,8 KH7,2 Fett3,6 BE1,3<br>Gesamt: 6,9 BE<br>(Geflügel, Rind, 2, 3, 5, A1, C, I, J)<br>Dessert                | <input type="checkbox"/> <b>Paniertes Schnitzel</b><br>vom Schwein, mit Kartoffelsalat und Senf<br>KJ670 EW7,3 KH11,9 Fett10,1 BE1,0<br>Gesamt: 4,1 BE<br>(Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, J)<br>Kein Dessert                  | <input type="checkbox"/> <b>Milchreis</b><br>mit heißen Kirschen<br>KJ418 EW1,7 KH20,5 Fett1,0 BE1,7<br>Gesamt: 8,6 BE<br>(Vegetarisch, 5, 9, G)<br>Kein Dessert                                     | <input type="checkbox"/> <b>Rindfleischsalat</b><br>mit Brot und Butter<br>KJ533 EW6,9 KH11,6 Fett5,9 BE1,0<br>Gesamt: 3,6 BE<br>(Rind, 2, 3, A1, A2)<br>Kein Dessert   | <input type="checkbox"/> <b>Eisbeinflisch</b><br>vom Schwein, auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree<br>Gesamt: 3,2 BE<br>(Schwein, 2, G, O)<br>Kein Dessert            |
| Dienstag 09. Okt   | <input type="checkbox"/> <b>Heiße Fleischwurst</b><br>vom Schwein mit Sauerkraut und Püree<br>KJ442 EW3,3 KH7,0 Fett7,0 BE0,6<br>Gesamt: 3,2 BE<br>(Schwein, 2, 4, 5, 9, A1, G, I)<br>Dessert                 | <input type="checkbox"/>                         | <input type="checkbox"/> <b>Schweinegulasch</b><br>in Kräuterrahmsoße, dazu buntes Gemüse und Kartoffeln<br>KJ260 EW6,4 KH6,7 Fett2,1 BE0,6<br>Gesamt: 2,9 BE<br>(Schwein, 9, A1, G, I)<br>Dessert             | <input type="checkbox"/> <b>Gebratene Fleischbällchen</b><br>vom Rind in Chili-Soße mit Reis und Wachsbohnsalat<br>KJ511 EW4,2 KH16,3 Fett4,5 BE1,2<br>Gesamt: 6,5 BE<br>(Rind, 3, A1, I)<br>Dessert    | <input type="checkbox"/> <b>Klassischer Sauerbraten</b><br>vom Rind mit Rosinensoße, Kartoffeln und Rotkohl<br>KJ347 EW7,0 KH11,6 Fett1,4 BE0,9<br>Gesamt: 4,8 BE<br>(Rind, 5, A1)<br>Dessert                                  | <input type="checkbox"/> <b>Tofu Gemüsepfanne</b><br>mit Kräutersoße und Karottenpüree<br>KJ300 EW2,7 KH8,8 Fett2,8 BE0,7<br>Gesamt: 3,5 BE<br>(Vegetarisch, 5, 9, A1, F, G, I)<br>Dessert  | <input type="checkbox"/> <b>Pichelsteiner Eintopf</b><br>mit frischem Gemüse und Rindfleischbeilage<br>KJ219 EW3,4 KH6,0 Fett1,7 BE0,5<br>Gesamt: 2,7 BE<br>(Rind, 5, A1, I)<br>Dessert                     | <input type="checkbox"/> <b>Thunfischsalat</b><br>mit frischen Salaten, dazu French-Dressing<br>KJ379 EW6,2 KH5,3 Fett2,2 BE0,4<br>Gesamt: 1,5 BE<br>(Fisch, 2, 3, 5, 9, A1, C, D, G, I, J)<br>Kein Dessert                   | <input type="checkbox"/> <b>Eierpfannkuchen</b><br>gefüllt mit Heidelbeeren, dazu Vanillesoße<br>KJ609 EW4,8 KH23,7 Fett4,6 BE2,0<br>Gesamt: 8,9 BE<br>(Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G)<br>Kein Dessert | <input type="checkbox"/> <b>Gyrosbraten</b><br>vom Schwein mit Zaziki und Krautsalat<br>KJ846 EW8,3 KH5,3 Fett17,0 BE0,4<br>Gesamt: 1,7 BE<br>(Schwein, 2, 3, 4, 5, 9, A1, C, G, J)<br>Kein Dessert                                   | <input type="checkbox"/> <b>Fischstäbchen</b><br>mit Rahmspinat und Kartoffelpüree<br>Gesamt: 4,3 BE<br>(Fisch, A, D, G)<br>Kein Dessert                           |
| Mittwoch 10. Okt   | <input type="checkbox"/> <b>Gemüseintopf</b><br>mit Hühnerfleisch<br>KJ256 EW4,2 KH6,3 Fett2,1 BE0,5<br>Gesamt: 2,9 BE<br>(Geflügel, A1, I)<br>Dessert  | <input type="checkbox"/>                         | <input type="checkbox"/> <b>Bratwurst</b><br>vom Schwein in Soße mit Sommergemüse und Kartoffeln<br>KJ419 EW2,8 KH6,9 Fett6,9 BE0,6<br>Gesamt: 3,2 BE<br>(Schwein, 5, A1, I)<br>Dessert                        | <input type="checkbox"/> <b>Gebratene Fischstäbchen</b><br>mit Tomatensoße und Kartoffelpüree<br>KJ423 EW4,2 KH11,9 Fett3,9 BE1,0<br>Gesamt: 5,1 BE<br>(Fisch, 5, 9, A1, D, G, I)<br>Dessert            | <input type="checkbox"/> <b>"Piccata Napoli"</b><br>zartes Geflügelschnitzel mit Tomatenspaghetti<br>KJ473 EW6,6 KH17,8 Fett2,1 BE1,5<br>Gesamt: 7,0 BE<br>(Geflügel, A1, I)<br>Dessert  | <input type="checkbox"/> <b>Gebratenes Gemüse</b><br>in gelber Currysoße mit Reis<br>KJ321 EW2,2 KH14,7 Fett0,6 BE1,2<br>Gesamt: 5,9 BE<br>(Vegetarisch, 5, 9, A1, F, G, I)<br>Dessert  | <input type="checkbox"/> <b>Mexicanischer Bohneneintopf</b><br>mit Rauchfleisch<br>KJ682 EW7,0 KH16,1 Fett7,6 BE1,3<br>Gesamt: 7,4 BE<br>(Schwein, 2, 4, A1, I)<br>Dessert                                  | <input type="checkbox"/> <b>Caesar-Salat</b><br>Blattsalate mit Mais, Hähnchen, Croutons und Joghurt dressing<br>KJ196 EW2,0 KH6,5 Fett1,3 BE0,5<br>Gesamt: 1,7 BE<br>(Geflügel, 2, 9, A1, F, G)<br>Kein Dessert              | <input type="checkbox"/> <b>Griesflammeri</b><br>"Baden Baden" mit Fruchtsoße<br>KJ426 EW3,0 KH17,8 Fett2,0 BE1,5<br>Gesamt: 7,5 BE<br>(Vegetarisch, 5, 9, A1, G)<br>Kein Dessert                    | <input type="checkbox"/> <b>Eiersalat</b><br>mit Obstgarnitur und Weißbrot<br>KJ729 EW7,9 KH7,0 Fett13,6 BE0,6<br>Gesamt: 2,0 BE<br>(Vegetarisch, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, J)<br>Kein Dessert  | <input type="checkbox"/> <b>Eierpfannkuchen</b><br>mit Apfel-Quark-Füllung<br>Gesamt: 5,0 BE<br>(Vegetarisch, 3, A, C, G)<br>Kein Dessert                          |
| Donnerstag 11. Okt | <input type="checkbox"/> <b>Schaschlikpfanne</b><br>vom Geflügel mit Paprika und Zwiebeln, dazu Reis<br>KJ399 EW3,4 KH17,0 Fett1,4 BE1,4<br>Gesamt: 6,4 BE<br>(Geflügel, 3, A1, F, I)<br>Dessert              | <input type="checkbox"/>                         | <input type="checkbox"/> <b>Fischfilet</b><br>(natur) auf Kräuterbuttersoße, dazu Brokkoligemüse und Salzkartoffeln<br>KJ259 EW5,7 KH7,2 Fett1,8 BE0,6<br>Gesamt: 3,2 BE<br>(Fisch, 9, A1, D, G, I)<br>Dessert | <input type="checkbox"/> <b>Spirellis</b><br>mit Tomaten-Schinkensoße dazu Rohkostsalat<br>KJ398 EW4,4 KH16,9 Fett0,9 BE1,4<br>Gesamt: 7,5 BE<br>(Schwein, 2, 4, A1, I)<br>Dessert                      | <input type="checkbox"/> <b>Filettöpfchen</b><br>Hähnchen und Schweinefilet in Pilzrahmsoße, dazu Gemüse und Kartoffeln<br>KJ292 EW6,9 KH6,5 Fett1,7 BE0,5<br>Gesamt: 3,0 BE<br>(Schwein, Geflügel, 5, 9, A1, G, I)<br>Dessert | <input type="checkbox"/> <b>Drillinge mit Schale</b><br>dazu Schnittlauchquark<br>KJ299 EW6,3 KH10,6 Fett0,3 BE0,9<br>Gesamt: 4,9 BE<br>(Vegetarisch, 9, G)<br>Dessert  | <input type="checkbox"/> <b>Erbseintopf</b><br>mit Bockwurst vom Schwein<br>KJ307 EW3,0 KH5,0 Fett4,4 BE0,4<br>Gesamt: 2,4 BE<br>(Schwein, 2, 5, 9, A1, G, I, J)<br>Dessert                                 | <input type="checkbox"/> <b>Frikadelle</b><br>vom Schwein, mit Nudelsalat und Senf<br>KJ916 EW8,7 KH15,7 Fett14,0 BE1,3<br>Gesamt: 5,1 BE<br>(Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, I, J)<br>Kein Dessert                            | <input type="checkbox"/> <b>Germknödel</b><br>mit Vanillesoße<br>KJ645 EW4,7 KH28,7 Fett2,2 BE2,4<br>Gesamt: 9,9 BE<br>(Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G)<br>Kein Dessert                                 | <input type="checkbox"/> <b>Sandwichteller</b><br>leckere Sandwiches mit verschiedenen Sorten Belag und Garnitur<br>KJ1014 EW8,3 KH16,6 Fett16,4 BE1,4<br>Gesamt: 4,1 BE<br>(Schwein, 2, 5, 9, A1, G, J)<br>Kein Dessert              | <input type="checkbox"/> <b>Omelette</b><br>in Käsesoße mit Leipziger Allerlei und Stampfkartoffeln<br>Gesamt: 3,1 BE<br>(Vegetarisch, A, C, G, I)<br>Kein Dessert |
| Freitag 12. Okt    | <input type="checkbox"/> <b>Wiener Würstchen</b><br>vom Schwein mit Sauerkraut und Petersilienkartoffeln<br>KJ386 EW3,4 KH8,8 Fett4,5 BE0,7<br>Gesamt: 4,1 BE<br>(Schwein, 2, 5, 9, A1, G, I, J)<br>Dessert   | <input type="checkbox"/>                         | <input type="checkbox"/> <b>Gekochte Eier</b><br>in Senfsoße mit Kräuterpüree und Sellerie- Möhrensalat<br>KJ330 EW3,5 KH8,0 Fett3,8 BE0,7<br>Gesamt: 3,6 BE<br>(Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G, I, J)<br>Dessert | <input type="checkbox"/> <b>Hähnchenfleisch</b><br>süß-sauer, mit Chinagemüse und Reis<br>KJ422 EW5,3 KH15,9 Fett1,4 BE1,3<br>Gesamt: 6,1 BE<br>(Geflügel, 3, A1, F, I)<br>Dessert                      | <input type="checkbox"/> <b>Hoki Fischfilet</b><br>in Kräutersoße, dazu Erbsen und Kartoffeln<br>KJ331 EW6,9 KH9,7 Fett1,4 BE0,8<br>Gesamt: 4,4 BE<br>(Fisch, 5, 9, A1, D, G, I)<br>Dessert                                    | <input type="checkbox"/> <b>Blumenkohl-Brokkoli-Auflauf</b><br>mit Käse überbackenen Kartoffeln<br>KJ431 EW3,4 KH7,1 Fett2,8 BE0,6<br>Gesamt: 3,2 BE<br>(Vegetarisch, 5, 9, A1, G, I)<br>Dessert  | <input type="checkbox"/> <b>Rheinischer Kartoffeleintopf</b><br>mit Kassler vom Schwein und frischem Porree<br>KJ222 EW3,0 KH5,8 Fett1,9 BE0,5<br>Gesamt: 2,6 BE<br>(Schwein, 2, 5, 9, A1, G, I)<br>Dessert | <input type="checkbox"/> <b>Elsässer Salat</b><br>mit Essig-Öl, Eisbergsalat, Radicchio, Chinakohl, Tomaten, Zwiebeln und Käse<br>KJ307 EW2,8 KH5,6 Fett4,6 BE0,5<br>Gesamt: 1,7 BE<br>(Vegetarisch, 5, 9, G)<br>Kein Dessert | <input type="checkbox"/> <b>Sahnegrießbrei</b><br>mit Waldfrüchten<br>KJ426 EW3,0 KH17,8 Fett2,0 BE1,5<br>Gesamt: 7,5 BE<br>(Vegetarisch, 5, 9, A1, G)<br>Kein Dessert                               | <input type="checkbox"/> <b>Fischplatte</b><br>nach Angebot, mit Brot und Butter<br>KJ1048 EW8,4 KH13,1 Fett19,5 BE1,1<br>Gesamt: 3,3 BE<br>(Fisch, 3, 9, A1, A2, D, G)<br>Kein Dessert   | <input type="checkbox"/> <b>Geflügelrikadellen</b><br>in Soße mit Wirsinggemüse und Salzkartoffeln<br>Gesamt: 3,1 BE<br>(Geflügel, A, G, I, J)<br>Kein Dessert     |
| Samstag 13. Okt    | <input type="checkbox"/> <b>Kasselernacken</b><br>in Apfelsoße mit Rotkohl und Kartoffeln<br>KJ257 EW4,8 KH8,6 Fett1,5 BE0,6<br>Gesamt: 3,4<br>(Schwein, 2, 5, A1, I)<br>Dessert                              | <input type="checkbox"/>                         | <input type="checkbox"/> <b>Möhreneintopf</b><br>mit Rinderfrikadelle<br>KJ324 EW4,4 KH6,4 Fett3,8 BE0,5<br>Gesamt: 3,2 BE<br>(Rind, 5, A1, C, I)<br>Dessert   | <input type="checkbox"/> <b>Vollkornnudeln</b><br>mit Gemüseratatouille<br>KJ419 EW3,5 KH18,3 Fett1,2 BE1,5<br>Gesamt: 7,0 BE<br>(Vegetarisch, 3, 5, A1, I)<br>Dessert                                  | <input type="checkbox"/> <b>Gebratene Hähnchenbrust</b><br>in feiner Soße, mit Paprikakartoffeln und Blattspinat<br>KJ260 EW5,0 KH6,5 Fett1,8 BE0,5<br>Gesamt: 3,1 BE<br>(Geflügel, 5, 9, A1, F, G, I)<br>Dessert              | <input type="checkbox"/> <b>Tiefkühlmenü Samstag</b><br>Variierende Auswahl, wird freitags ausgeliefert und lässt sich im Ofen oder der Mikrowelle erhitzen<br>Kein Dessert<br><u>Für die Lieferung am Wochenende und an Feiertagen zahlen Sie pro Menü lediglich 0,50 € extra!</u> |   | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/> <b>Milchreis</b><br>mit roter Grütze<br>KJ368 EW1,6 KH18,1 Fett1,0 BE1,5<br>Gesamt: 7,6 BE<br>(Vegetarisch, 5, 9, G)<br>Kein Dessert  | <input type="checkbox"/> <b>Gebratene Fleischbällchen</b><br>vom Schwein, in Cocktailsoße mit Nudelsalat und Garnitur<br>KJ911 EW8,3 KH15,8 Fett13,9 BE1,3<br>Gesamt: 6,6 BE<br>(Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, I, J)<br>Kein Dessert | <input type="checkbox"/> <b>Spaghetti "Bolognese"</b><br>mit Hackfleischsoße vom Rind und Schwein<br>Gesamt: 6,0 BE<br>(Rind, Schwein, A, C, I)<br>Kein Dessert    |
| Sonntag 14. Okt    | <input type="checkbox"/> <b>Gefüllte Hackfleischrolle</b><br>vom Schwein in Rahmsoße mit Rübengemüse und Nudeln<br>KJ529 EW4,5 KH13,2 Fett6,1 BE1,1<br>Gesamt: 5,8 BE<br>(Schwein, 3, 9, A1, G, I)<br>Dessert | <input type="checkbox"/>                         | <input type="checkbox"/> <b>Schweinebraten</b><br>in milder Kümmel- Senfsoße mit Schwarzwurzelgemüse und Salzkartoffeln<br>KJ256 EW5,9 KH7,2 Fett1,1 BE0,6<br>Gesamt: 3,2 BE<br>(Schwein, A1, I, J)<br>Dessert | <input type="checkbox"/> <b>Kaiserschmarrn</b><br>mit Vanillesoße<br>KJ825 EW4,3 KH27,6 Fett7,4 BE2,3<br>Gesamt: 11,6 BE<br>(Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G)<br>Dessert                                    | <input type="checkbox"/> <b>Lammragout</b><br>in Provencalsoße, dazu grüne Bohnen und Kartoffeln<br>KJ352 EW5,1 KH6,8 Fett4,1 BE0,6<br>Gesamt: 2,9 BE<br>(Lamm, 5, 9, A1, G, I)<br>Dessert                                     | <input type="checkbox"/> <b>Tiefkühlmenü Sonntag</b><br>Variierende Auswahl, wird freitags ausgeliefert und lässt sich im Ofen oder der Mikrowelle erhitzen<br>Kein Dessert<br><u>Für die Lieferung am Wochenende und an Feiertagen zahlen Sie pro Menü lediglich 0,50 € extra!</u> |   | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/> <b>Heißer Apfelstrudel</b><br>mit Vanillesoße<br>KJ811 EW3,0 KH14,8 Fett18,2 BE1,2<br>Gesamt: 6,8 BE<br>(Vegetarisch, 2, 4, 5, 9, A1, G)<br>Kein Dessert                    | <input type="checkbox"/> <b>Käseplatte "Winzer Art"</b><br>mit Weintrauben, dazu Mischbrot, Butter und Garnitur<br>KJ 1047 EW11,2 KH36,0 Fett7,1 BE3,0<br>Gesamt: 6,7 BE<br>(Vegetarisch, 4, 5, 9, A1, A2, G)<br>Kein Dessert         | <input type="checkbox"/> <b>Senfkrustenbraten</b><br>vom Schwein, mit Rübengemüse und Spätzle<br>Gesamt: 3,6 BE<br>(Schwein, A, C, G, I, J)<br>Kein Dessert        |

Legende: (1): Geschmacksverstärker (2): Antioxidationsmittel (3): Süßstoff (4): Konservierungsstoff (5): Farbstoff (6): geschwärzt (7): Alkohol (8): Formfleisch (9): mit Milchprodukt zubereitet (A): Glutenhaltiges Getreide und Erzeugnisse [A1=Weizen, A2=Roggen, A3=Gerste, A4= Hafer, A5=Dinkel, A6=Kamut oder A7=Hybridstämme davon] (B): Krebstiere / Krebstiererzeugnisse (C): Eier / Eierzeugnisse (D): Fisch / Fischerzeugnisse (E): Erdnüsse / Erdnusserzeugnisse (F): Soja / Sojaerzeugnisse (G): Milch / Milcherzeugnisse einschl. Lactose (H): Schalenfrüchte [H1=Mandel, H2=Haselnuss, H3=Walnuss, H4=Cashew, H5=Pecannuss, H6=Paranuss, H7=Pistazie, H8=Macadamianuss und H9=Queenslandnuss] (I): Sellerie / Sellerieerzeugnisse (J): Senf Senferzeugnisse (K): Sesam / Sesamerzeugnisse (L): Schwefeldioxid und Sulfite (M): Lupinen / Lupinerzeugnisse (N): Weichtiere / Weichtiererzeugnisse (O): Nitritpökelsalz. Alle Menüs sind mit jodiertem Salz zubereitet! Alle Menüs mit glutenhaltigem Getreide werden ausschließlich mit Weizen zubereitet, Ausnahmen werden gesondert gekennzeichnet! BE-Wert ergibt sich aus dem Gesamtgewicht einer Erwachsenen Portion. Die Nährwertangaben beziehen sich auf 100 g.  
 KJ=Kilojoule; EW=Protein; KH=Kohlenhydrate; BE=Proteinheiten; Bei Fisch können Gräten enthalten sein. Änderungen und Druckfehler unter Vorbehalt.