

Menüplan KW 10

vom 05.03. bis 09.03.2018

„LIGHT“ – WOCHENMENÜ:

Spaghetti Bolognese -
dazu bunte Blattsalate

MONTAG, 05.03.

mit Schinken & Käse überbackener Blumenkohl

in Sauce Hollandaise, dazu Dampfkartöffelchen & Endiviensalat (2) (3) (4)

bunte Frühlingsgemüsepfanne

an Butterreis, dazu knackiger Möhrchensalat (3)

DIENSTAG, 06.03.

Saftiges Schmorhähnchenbrustfilet á la Toskana

in Tomatensauce mit Mittelmeerkräutern dazu Tagliatelle & Zucchini Gemüse (2) (3)

„Hüttenschmaus“

Bratkartoffel mit Paprika, Champignons & Spiegelei

dazu bunte Blattsalate mit Tomate und Gurke

MITTWOCH, 07.03.

Tessiner Sahnesteak vom Schwein mit Speck, Schmorzwiebeln & Bergkäse

überbacken, dazu Tagliatelle & bunter Blattsalat (2) (3) (4)

vegetarische Gemüseschnitzel mit Schnittlauchsauce

und Kartoffelsalat & bunte Blattsalate (2)

DONNERSTAG, 08.03.

zartes Putengeschnetzeltes

dazu Butterkartöffelchen & Möhrchengemüse (2) (3) (4)

„Orecchiette“

Muschelnudeln mit frischem Rucola in Pestobutter geschwenkt,

dazu sizilianischer Bauernsalat (2) (3)

FREITAG, 09.03.

Maultaschen „Jäger Art“

mit feinem Champignonrahmsößle,

dazu Kartoffelsalat & grüner Salat (2) (3) (4)

knusprig überbackenes „Kartoffel-Lachs-Gratin“

dazu grüner Salat mit Körnlimix & Karottenstreifen (2) (3) (5)

Verzeichnis Zusatzstoffe/Allergene: 1=Geschmacksverstärker 2=Gluten 3= Laktose
4=Schweinefleisch 5=Nüsse

Menüplan KW 11 vom 12.03. bis 16.03.2018

„LIGHT“ – WOCHENMENÜ:

Salatteller mit Putenstreifen und
1 Vollkornbrötchen

MONTAG, 12.03.

„schwäbische Schinkennudeln“

dazu Endiviensalat mit Karottenstreifen (2) (3) (4)

Tagessuppe ...

danach : mmhh... Milchreis mit Kirschen & Zimtucker (2) (3)

DIENSTAG, 13.03.

¼ knusprig gegrilltes Hähnchen a` la „Hardrock-Cafe“

dazu zwei Dips & Wedges Kartoffeln & Cole-Slaw (3)

Spaghetti mit Zucchini & Aubergine in Tomatensauce

dazu bunte Blattsalate mit Körnlmix (2) (3) (5)

MITTWOCH, 14.03.

Geschmortes Kalbsherz im Burgundersößle

dazu breite Bandnudeln & buntes Marktgemüse (2) (3) (4)

knusprig überbackene Gemüselasagne

dazu grüner Salat mit Tomate & Gurke in Balsamicodressing (2) (3)

DONNERSTAG, 15.03.

Schaschlik in Zigeunersauce

mit Krokette & Karottensalat (2) (3) (4)

„Schwäbische Käsespätzle“ mit feiner Zwiebelschmelze,

dazu grüner Salat mit Karottenstreifen (2) (3)

FREITAG, 16.03.

Paniertes „Seelachsfilet“ mit Kresseschmand,

dazu Schnittlauchkartoffelchen & Endiviensalat (2) (3)

Rührei mit Rahmspinat & Salzkartoffeln (3)

danach gibt`s ein leckeres Dessert

Verzeichnis Zusatzstoffe/Allergene: 1=Geschmacksverstärker 2=Gluten 3= Laktose
4=Schweinefleisch 5=Nüsse

Menüplan KW 12 vom 19.03. bis 23.03.2018

„LIGHT“ – WOCHENMENÜ:

Streifen von der zarten Rinderhüfte
mit fr. Champignons & Frühlingszwiebeln,
weißer Reis, dazu Blattsalate

MONTAG, 19.03.

„Schwäbische Lasagne“ - Maultaschen
in Tomatensauce mit Schinkenstreifen & Käse überbacken
dazu bunte Blattsalate mit Tomate & Gurke (2) (3) (4)

vegane Vollkornspaghetti –
mit Möhrchen-Sugo dazu bunte Frühlingsalate (2)

DIENSTAG, 20.03.

zart geschmorte Hähnchenbrust
in Schnittlauchsaucе, dazu Tagliatelle & Möhrchengemüse (2)(3)

Ragout vom Blumenkohl
mit weißem Reis & Karottensalat (2) (3)

MITTWOCH, 21.03.

Streifen von der zarten Rinderleber nach „Berliner Art“
mit Äpfeln & Zwiebeln, dazu Röstkartoffeln & grüner Salat (2)

Penne Verdura mit frischem Gemüse in Olivenöl geschwenkt
dazu sizil. Bauernsalat (2) (3)

DONNERSTAG, 22.03.

Ofengebackenes „Fränkisches Schäufile“ mit Knochen
dazu Kartoffelknödel & Bayrisch Kraut (2) (3) (4)

Gemüselasagne
& bunter Blattsalat (2) (3)

FREITAG, 23.03.

gratiniertes Schlemmerfilet á la Bordelaise
dazu Dampfkartoffeln & Broccoli-Röschen (2) (3)

orientalisches rotes Linsencurry
mit Basmatireis (2)

Verzeichnis Zusatzstoffe/Allergene: 1=Geschmacksverstärker 2=Gluten 3= Laktose
4=Schweinefleisch 5=Nüsse

Menüplan KW 13 vom 26.03. bis 29.03.2018

„LIGHT“ – WOCHENMENÜ:

Natur gebratene Hähnchenbrust auf
asiatischem Wokgemüse
mit Sesam bestreut

MONTAG, 26.03.

Holsteiner Rahmhackbraten

mit Lauchgemüse & Dampfkartoffeln (2) (3) (4)

Tortellini „Formaggio“

mit Tomatensauce & Zucchini Salat (2) (3)

DIENSTAG, 27.03.

Brätnockerlsupperl, danach ...

mmhh... Kaiserschmarr'n mit Apfelkompott & Puderzucker (2) (3)

Ratatouille-Gemüsepfanne

mit gebratenen Gnocci (2) (3)

MITTWOCH, 28.03.

Currywurst-Box „Streetfood-Style“

dazu Pommes & bunter Partysalat (2) (3) (4)

griechischer Reismudelauf

mit Zucchini streifen, Fetakäse & feiner griechischer Würznote
dazu gibt's knackigen Bauernsalat (2)

DONNERSTAG, 29.03.

„g'schmälzte Maultaschen“ mit würzigen Schmorzwiebelchen

dazu Kartoffel-Gurken-Salat (2) (3) (4)

paniertes Auberginenschnitzel

mit Tomatenreis & Karottensalat (2) (3)

FREITAG, 30.03. KARFREITAG

Wir wünschen allen ein fröhliches Osterfest !!

Verzeichnis Zusatzstoffe/Allergene: 1=Geschmacksverstärker 2=Gluten 3= Laktose
4=Schweinefleisch 5=Nüsse