

Menüplan KW 26 vom 26.06.2017 bis 30.06.2017

„LIGHT“ – WOCHENMENÜ:

Züricher Sahnegeschnetzeltes
mit Bandnudeln & Karottensalat
(2) (3)

MONTAG, den 26.06.2017

Paniertes Leberkäs-Schnitzel,
dazu Kartoffelsalat & Gurkensalat (2) (3) (4)

„Schmorgemüse Provencale“
mit Rosmarinkartoffeln (2) (3)

DIENSTAG, den 27.06.2017

zartes Hähnchenbrüstchen in Zitronen-Rosmarin-Sauce
dazu Pappardelle & Zucchini-gemüse (2) (3)

Knackiges Blumenkohl-Karotten-Gemüse
mit Kartoffelbrei (2) (3)

MITTWOCH, den 28.06.2017

„Zigeunerschnitzel vom Schwein“
dazu Kroketten & Möhrchen (2) (3) (4)

Gemüsestrudel im Blätterteig
dazu bunte Blattsalate mit Tomate & Gurke (2) (3) (5)

DONNERSTAG, den 29.06.2017

„Allgäuer Semmelbraten“
mit Knöpfle-spätzle & Karottengemüse (2) (3) (4)

„Spaghetti á la Caprese“
mit Tomate, Mozzarella & frischem Basilikum,
dazu grüner Salat mit Körnermix in Balsamicodressing (2) (3) (5)

FREITAG, den 30.06.2017

„Knusprig überbackene Gemüselasagne“
dazu Blattsalat (2) (3)

Im Wurzelsud gedünstetes Fischfilet
auf Kartoffel-Lauchgratin (2) (3)

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

Menüplan KW 27 vom 03.07.2017 bis 07.07.2017

„LIGHT“ – WOCHENMENÜ:
Bunter Salatteller mit Putenstreifen &
1 Vollkornbrötchen
(2) (3)

MONTAG, den 03.07.2017

Königsberger Klopse

mit Butterreis & Erbsen (2) (3) (4)

„Parpadelle“ mit knackigen Zuckerschoten

in Frischkäsesauce, dazu Tomatensalat (2) (3)

DIENSTAG, den 04.07.2017

Ofenkartoffel mit Kasslertopping, Schmand & Frühlingszwiebeln

dazu bunte Blattsalate (2) (3) (4)

Panierte Auberginenschnitzel

auf Tomaten-Minz-Couscous (2) (3)

MITTWOCH, den 05.07.2017

„Zarte Putenmedaillons“

in sommerlicher Kressesauce, dazu halbwilder Reis
& ZucchiniGemüse (2) (3)

Schwäbische Kässpätzle mit würziger Zwiebelschmelze

dazu bunte Zupfsalate mit Karottenstreifen (2) (3) (5)

DONNERSTAG, den 06.07.2017

„GG´s leckere Schaschlikpfanne“

mit Hörnchennudeln & buntem Fitnesssalat (2) (3)

„Kleine Butterkartöfelchen“

mit Radieschen-Dip, dazu knackige Blattsalate mit
Tomate & Gurke, dazu kross gebackenes Ciabatta (2) (3)

FREITAG, den 07.07.2017

Linguine in cremiger Thunfischsauce

mit Tomatenecken, dazu bunte Blattsalate mit Sonnenblumenkernen (2) (3) (5)

Kartoffel-Schupfnudeln

mit gebratenen Pfifferlingen & Schnittlauch, dazu grüner Salat mit Körnlimix
(2) (3) (5)

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

Menüplan KW 28 vom 10.07.2017 bis 14.07.2017

„LIGHT“ – WOCHENMENÜ:

Rührei mit frischem Blattspinat &
Salzkartoffeln
(2) (3)

MONTAG, den 10.07.2017

in Ei & Schnittlauch gebratene Leberknödel

dazu Kartoffel & Endiviensalat (2) (3) (4)

Farfalle in feiner Kräuterfrischkäsesauce

mit frischer Kresse bestreut, dazu knackiger Karottensalat (2) (3)

DIENSTAG, den 11.07.2017

Putenschnitzel „Bombay“

in fruchtiger Currysauce, dazu Duftreis & Möhrchengemüse (2) (3)

Asiatische gebratene Nudeln

mit fernöstlichem Gemüse, Bambussprossen & Sesam bestreut,
dazu unser hausgemachter Asia-Dip (2) (3) (5)

MITTWOCH, den 12.07.2017

gesottene Ochsenbrust vom zarten Weiderind

mit köstlicher Meerrettichsauce, dazu Butterkartöffelchen & Rote-Bete-Salat (2) (3)

Schwäbische Spätzlespfanne

mit gebratenen Champignons & Frühlingszwiebeln, dazu grüner Salat (2) (3)

DONNERSTAG, den 13.07.2017

„Cevapcici“ mit Ajvar

dazu Tomatenreis & Endiviensalat (2) (3) (4)

vegetarische Gemüseburger

im SchnittlauchsöÙle, dazu Karottensalat & grüner Salat (2) (3)

FREITAG, den 14.07.2017

paniertes Fischfilet

dazu kleine Butterkartöffelchen & hausgemachte Sauce Remoulade
& bunte Blattsalate (2) (3)

Farfalle in sommerleichter Gemüse-Sauce

dazu Tomatensalat (2) (3)

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

Menüplan KW 29 vom 17.07.2017 bis 21.07.2017

„LIGHT“ – WOCHENMENÜ:
6 Hähnchennuggets, dazu Salat
(2) (3)

MONTAG, den 17.07.2017

Mit Schinken & Käse gratinierter Blumenkohl
in Sauce Hollandaise, dazu Butterkartöffelchen (2) (3) (4)

Fussili-Nudelaufbau
mit Schmortomaten & Broccoliröschen,
dazu knackiger Karottensalat in klarem Dressing (2) (3)

DIENSTAG, den 18.07.2017

„Zwiebelsteak“ vom saftigen Schweinehals
mit Wedges & Cole Slaw (Sahnekrautsalat) (2) (3)

Mediterrane Gemüse-Lasagne
in Tomatenrahm, dazu bunte Blattsalate (2) (3)

MITTWOCH, den 19.07.2017

Zart geschmorter Burgunderbraten vom Rind
dazu Spätzle und buntes Marktgemüse (2) (3)

Griech. Reispfanne
mit feiner Gyros-Würznote & gebratenen Zucchini, dazu Tzatziki & Gurkensalat (2) (3)

DONNERSTAG, den 20.07.2017

„Studentenschnitzel“
Panierter Schweinebauch mit Pommes & Partysalat (2) (3) (4)

Rührei mit Salzkartoffeln & Blattspinat

FREITAG, den 21.07.2017

„Penne Tonno“
mit Thunfisch & Tomate, dazu sizil. Bauernsalat (2) (3)

Schwäb. Spinatspätzle
mit frischem Blattspinat & Pinienkernen (2) (3) (5)

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

Menüplan KW 30 vom 24.07.2017 bis 28.07.2017

„LIGHT“ – WOCHENMENÜ:

am Stück gegartes Putenbrustfilet auf
knackigem Wokgemüse mit Sesam &
weißem Reis
(2) (3)

MONTAG, den 24.07.2017

knusprig überbackener Rigatoni-Auflauf

in Tomatensauce mit Schinkenstreifen & Lauchringen,
dazu Blattsalate mit Karottenstreifen im Joghurtdressing (2) (3) (4)

Ofengebackenes Blechgemüse

mit Kräuterquark & Schnittlauchkartöffelchen (3)

DIENSTAG, den 25.07.2017

Saftiger Hackbraten in dunkler Pilzsauce

dazu Schweizer Bandnudeln & Möhrchengemüse(2) (3)

Tortellini in feiner 3-Käsesauce

mit frischem Basilikumsträußchen, dazu Tomatensalat (2) (3)

MITTWOCH, den 26.07.2017

„Hähnchenragout Provencale“

in mediterraner Sommersauce, mit Rosmarinkartoffeln & Ratatouille (2) (3)

Grüne Bandnudeln auf Schmortomaten

dazu bunter Fitness-Salat (2) (3)

DONNERSTAG, den 27.07.2017

„Cordon bleu“ vom Schwein

dazu Kartoffelsalat, Karottensalat & Gurkensalatt (2) (3) (4)

Sommerleichtes Gemüsegulasch

mit Champignons & Reis (2)

FREITAG, den 28.07.2017

„zartes Fischfilet „Bombay“

in fruchtiger Currysauce, dazu weißer Reis & grüner Salat mit Körnermix (2) (3) (5)

„in Ei gebratene Gemüse-Maultäschla“

mit Schnittlauch bestreut, dazu bunte Blattsalate mit
Karottenstreifen & Körnermix (2) (3) (5)

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

Menüplan KW 31

vom 31.07.2017 bis 04.08.2017

„LIGHT“ – WOCHENMENÜ:

Curryreis-Gemüsepfanne mit
Zuckerschoten u. Paprika fein
abgeschmeckt
(2) (3)

MONTAG, den 31.07.2017

Streifen von der zarten Jungrindleber nach Berliner Art
mit Äpfeln & Zwiebeln, dazu Kartoffelpüree & grüner Salat (2) (3)

Vegetarische Reispfanne „á la Paella“
dazu Eissalat mit Tomate & Gurke (2) (3)

DIENSTAG, den 01.08.2017

Griechischer Reismudelauf
mit Hähnchenwürfel, Tomaten & Fetakäse, dazu Zucchini Salat (2) (3) (4)

Knusprig überbackenes Kartoffelgratin
mit Blumenkohl-Karotten-Gemüse & frischem Schnittlauch (2) (3)

MITTWOCH, den 02.08.2017

Saftig geschmorter Schweinshaxl-Gulasch
in leckerem Sößle, dazu Semmelknödel & Krautsalat (2) (3) (4)

Ulmer Spätzlespfanne
mit frischen Champignons, Paprika & Tomaten,
dazu Zupfsalate mit Joghurtdressing (2) (3)

DONNERSTAG, den 03.08.2017

Zartes Hähnchenfrikassee
mit Spargelspitzen, Erbsen & Champignons, dazu Butterreis (2) (3)

Gemüseschnitzel in Tomatensauce
mit Käse überbacken, dazu Kroketten & grüner Salat mit Gurke (2) (3)

FREITAG, den 04.08.2017

Paniertes Fischfilet
mit Sauce Remoulade, dazu Kartoffel-Gurkensalat (2) (3)

Ratatouille-Risotto
mit frischen Kräutern verfeinert, dazu Gurkensalat in klarem Dressing (2) (3)

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

Menüplan KW 32 vom 07.08. bis 11.08.2017

„LIGHT“ – WOCHENMENÜ:
Pellkartoffeln mit Kräuterquark &
grünem Salat
(2) (3)

MONTAG, den 07.08.2017

gebratener Leberkäse

mit Spiegelei, dazu Radieschen-Kartoffelsalat
und grüner Salat in Joghurtdressing (2) (3) (4)

Möhrchen & Blumenkohl

in Schnittlauch-Bechamel, dazu Pellkartoffel & grüner Salat (2) (3)

DIENSTAG, den 08.08.2017

Ungarisches Paprikagulasch von der Pute,
dazu weißer Reis & ZucchiniGemüse (2) (3)

Knusprige Kartoffelkroketten

auf Paprika-Mais-Gemüse, dazu Krautsalat (2) (3)

MITTWOCH, den 09.08.2017

„Rahm-Hackbraten“

mit Spätzle & Gurkensalat (2) (3) (4)

Mediterrane Gemüsepfanne

mit kleinen Rosmarin-Kartöfelchen & Tomatensalat (2) (3)

DONNERSTAG, den 10.08.2017

„Schweineschnitzel Milano“

in Sommertomatensauce mit Zucchinistreifen, dazu Pappardelle (2) (3) (4)

Hausgemachte Vollkornküchle mit Sour Cream,

dazu Kartoffelsalat & Gurkensalat (2) (3)

FREITAG, den 11.08.2017

Ragout vom Seelachs

in feinem Rieslingsößle, dazu Tomatenreis & Eisberg (2) (3)

Gnocchi in feiner Spinatsauce

dazu Karottensalat (2) (3)

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

Menüplan KW 33 vom 14.08. bis 18.08.2017

„LIGHT“ – WOCHENMENÜ:
Spaghetti Bolognese, dazu Salat
(2) (3)

MONTAG, den 14.08.17

Rahmsteak

vom saftigen Schweinehals, in feiner Pilzsauce,
dazu Schleifchennudeln & bunter Blattsalat (2) (3) (4)

„Karotten-Ingwer-Lasagne“

mit Creme Bechamel, dazu Salat vom frischem Blattspinat (2) (3)

DIENSTAG, den 15.08.17

Wir wünschen Ihnen einen schönen Feiertag!

MITTWOCH, den 16.08.17

Gegrillte BBQ-Spare-Ribs mit GG´s BBQ-Sauce

dazu Wedges & American-Cole-Slaw-Salat (2) (3) (4)

„Rigatoni milano“

mit Auberginen, Weißwein & Sahne,
dazu bunte Blattsalate mit Sonnenblumenkernen (2) (3)

DONNERSTAG, den 17.08.17

Zarte Hähnchenstreifen aus dem Wok

mit knackigem Asiamüse, dazu Basmatireis & Sesam-Chili-Dip (2) (3)

Knusprig gebackene Kartoffeltaschen

mit leckerer Käsefüllung, dazu Tomaten-Gurkensalat & saisonale Blattsalate
in Joghurd dressing (2) (3)

FREITAG, den 18.08.17

Paniertes Fischfilet

mit Sauce Remoulade, dazu Kartoffel-Gurkensalat (2) (3)

„Hausgemachter Kaiserschmarrn“

mit Apfelkompott & Puderzucker (2) (3)

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