

Menüplan - September

Kunden-Nr.:
Name:
Tour:

Am Samstag & Sonntag kostet das Menü 8,90 € und an Feiertagen 11,50 €
Für einzelne Liefergebiete (Brinckmansdorf, Kassebohm, Gehlsdorf, Toitenwinkel, Dierkow, Krummendorf, Elmenhorst, Diedrichshagen) gilt zusätzlich eine Transportzulage.

	EaR Menü 1	EaR Menü 2	Salat der Woche	Nachtisch EaR
Di. 01.09	 Hähnchenkeule mit Kräuterrahmsoße ^(a1, g, 1) Honig-Möhren ^(g) Salzkartoffeln	 Pellkartoffel Kräuterquark ^(g) Pfannengemüse	 Vollwert Salat mit Rohkost & Rosinen ^(a1, a2, a3, a4, c, e, f, g, h, h1, h2, h3, h4, h5, h6, h7, h8, j, k, m)	Kuchenriegel Schoko ^(a1, c, f, g)
Mi. 02.09	 Rührei ^(c, g, i) mit Rahmspinat ^(a1, g, 1) Kartoffelpüree ^(g)	 Jägerschnitte ^(a1, c, g, i, j, 2, 9, 26) Fruchtige Tomatensoße ^(a1, 1) Spiralnudeln ^(a1)	 Vollwert Salat mit Rohkost & Rosinen ^(a1, a2, a3, a4, c, e, f, g, h, h1, h2, h3, h4, h5, h6, h7, h8, j, k, m)	Amsterdamer Gebäck ^(a1, a3, c, f, g)
Do. 03.09	 Rindergulasch mit Preiselbeeren und Maronen ^(a1, j, i, 1) Kartoffelklöße ^(i, 3)	 Sahne Hering ^(c, d, g, j, 2, 6a) Salzkartoffeln Tomatensalat	 Vollwert Salat mit Rohkost & Rosinen ^(a1, a2, a3, a4, c, e, f, g, h, h1, h2, h3, h4, h5, h6, h7, h8, j, k, m)	Früchte Joghurt ^(g)
Fr. 04.09	 Hummersuppe mit Seelachs, Shrimps und Wurzelgemüse ^(a1, b, d, g, i, 4, 1, 17) Vollkornbrot ^(a1, a2, a4, m)	 Hausgemachter Hackbraten ^(a1, c, j) Tomaten-Paprikasoße ^(a1, 1) Kartoffelpüree ^(g)	 Vollwert Salat mit Rohkost & Rosinen ^(a1, a2, a3, a4, c, e, f, g, h, h1, h2, h3, h4, h5, h6, h7, h8, j, k, m)	Panna Cotta ^(g)
Sa. 05.09	 Schweinegeschnetzeltes "Züricher Art" mit Champignons und Zwiebeln ^(a1, g, 1) Natur Reis	 Vegetarisches Schnitzel ^(a1, a4, c, g) Steckrüben-Möhrengemüse ^(a1, g, 1) Salzkartoffeln	 Vollwert Salat mit Rohkost & Rosinen ^(a1, a2, a3, a4, c, e, f, g, h, h1, h2, h3, h4, h5, h6, h7, h8, j, k, m)	Zitronen Mousse ^(g, 1)
So. 06.09	 Pangasius-Fischroulade mit Brokkoli ^(a1, d, f) Paprikasoße ^(a1, 1) Salzkartoffeln	 Kalbsgulasch mit Kapern ^(a1, g, 1) Spätzle ^(a1, c, f, g, j)	 Vollwert Salat mit Rohkost & Rosinen ^(a1, a2, a3, a4, c, e, f, g, h, h1, h2, h3, h4, h5, h6, h7, h8, j, k, m)	Früchte Joghurt ^(g)
Mo. 07.09	 Vegetarisches Linsencurry ^(a1, 1) Reis	 Hühnerfrikassee mit Erbsen und Möhren ^(a1, g, 1) Salzkartoffeln	 Fitnessteller mit Gurke, Tomate, Paprika und Hähnchen	Schokopudding mit Sahne ^(g)
Di. 08.09	 Hähnchenbrust Natur mit Kräuterrahmsoße ^(a1, g, 1) bunte Möhren ^(g) Salzkartoffeln	 Fischfrikadelle ^(a1, d, g) Remoulade ^(g, j, 2, 6a, 1, 25) Salzkartoffeln Gurkensalat	 Fitnessteller mit Gurke, Tomate, Paprika und Hähnchen	Quarkdessert Vanille ^(g)
Mi. 09.09	 Polentatasche mit Spinat und Käse ^(a1, g) mit Tomaten-Kräuter Soße ^(a1, 1) und Kartoffel-Selleriepüree ^(g, i)	 Bratwurst ⁽⁹⁾ mit Kohlrabi-Möhrengemüse ^(a1, g, 1) Salzkartoffeln	 Fitnessteller mit Gurke, Tomate, Paprika und Hähnchen	Frucht Joghurt
Do. 10.09	 gebackenes Schweinefilet Pfefferrahm Soße ^(a1, g, 3, 1) Brechbohnen ^(g) Spätzle ^(a1, c, f, g, j)	 Kaiserschmarrn ^(a1, c, f, g, h, h1, h2, h3, h7) mit Vanillesoße ^(g, 1)	 Fitnessteller mit Gurke, Tomate, Paprika und Hähnchen	Cookie mit Schokolade ^(a1, 2)
Fr. 11.09	 Schlemmerfilet Bordelaise ^(a1, c, d, g, j) mit Estragon Soße ^(a1, g, 1) dazu Buttererbsen ^(g) Salzkartoffeln	 Kohlroulade ^(a1, a4, c, f, g, i, j) mit klassischer Kohlsoße ^(a1, 1) Salzkartoffeln	 Fitnessteller mit Gurke, Tomate, Paprika und Hähnchen	Pudding Waldmeister mit Vanillesoße ^(g, 1)
Sa. 12.09	 Wurstgulasch mit Paprika und Zwiebeln ^(a1, j, 2, 3, 1, 9) und Vollkornnudeln ^(a1)	 Gedünsteter Seelachs ^(d) mit Zitronen-Hummersoße ^(a1, b, g, i, 4, 1) Salzkartoffeln Möhrensalat	 Fitnessteller mit Gurke, Tomate, Paprika und Hähnchen	Apfel Fruchtsaft
So. 13.09	 Blumenkohl-Käsemedaillon ^(a1, c, g) Brokkoli-Hollandaise Rahm ^(a1, c, g, 1) Salzkartoffeln	 Königsberger Klopse ^(a1) mit Kapern Soße ^(a1, g, 1) Salzkartoffeln Rote Bete ^(5a)	 Fitnessteller mit Gurke, Tomate, Paprika und Hähnchen	Früchte Joghurt ^(g)
Mo. 14.09	 Vegetarische Paprikaschote ^(a1, i, j) Ratatouille Gemüse ^(a1, 1) Reis	 Hähnchenschnitzel ^(a1) Spargel in Rahm ^(g) Salzkartoffeln	 Salat Hawaii - mit Ananas & Kochschinken ^(2, 3, 9)	Kuchenriegel Caramel ^(a1, c, f, g)
Di. 15.09	 Schweinenackenbraten mit Bratensoße ^(a1, i, i, 1) Brechbohnen ^(g) Kartoffelklöße ^(i, 3)	 Kartoffelpuffer ^(a1, c) Apfelmus ⁽³⁾	 Salat Hawaii - mit Ananas & Kochschinken ^(2, 3, 9)	Quarkdessert Kirsche ^(g)

	EaR Menü 1	EaR Menü 2	Salat der Woche	Nachtsch EaR
Mi. 16.09	 Matjesfilet ^(d, 2, 4) Remoulade ^(g, j, 2, 6a, 1, 25) Schnittlauch-Kartoffel-Möhrenpüree ^(g)	 Hausgemachte Hähnchenunterschenkel Blumenkohlgemüse ^(a1, g, 1) Salzkartoffeln	 Salat Hawaii - mit Ananas & Kochschinken ^(2, 3, 9)	Früchte Joghurt ^(g)
Do. 17.09	 Hühnereintopf mit Suppengemüse ⁽ⁱ⁾ Bio Parboiled Reis (Eintopf)	 Buttermarkrele ^(a1, d) mit Kräuterrahmsoße ^(a1, g, 1) dazu Buttererbsen ^(g) Salzkartoffeln	 Salat Hawaii - mit Ananas & Kochschinken ^(2, 3, 9)	Frischei Waffel ^(a1, c, f, m)
Fr. 18.09	 Eier ^(c) Senf- Soße ^(a1, g, j, 1) Salzkartoffeln Rote Bete ^(5a)	 Rinderstreifen in Zucchini-Paprika Soße ^(a1, g, 1) Salzkartoffeln	 Salat Hawaii - mit Ananas & Kochschinken ^(2, 3, 9)	Erdbeerpudding ^(g, 1, 22)
Sa. 19.09	 Geflügel Bolognese ^(a1, i, 3, 1) und Vollkornnudeln ^(a1)	 Gemüse Frikadelle ^(a2, c) dicke Bohne in Rahm ^(a1, g, 1) Salzkartoffeln	 Salat Hawaii - mit Ananas & Kochschinken ^(2, 3, 9)	Ochsenaugen ^(a1, a3, c, f, g)
So. 20.09	 Lachs Würfel in Honig-Senfsoße mit Brokkoli ^(a1, d, g, j, 1, 17) Kartoffelpüree ^(g)	 Geschmorter Rinderbraten ^(a1, i, l, 1) Wirsingrahm ^(a1, g, 1) Salzkartoffeln	 Salat Hawaii - mit Ananas & Kochschinken ^(2, 3, 9)	Quarkdessert Erdbeere ^(g)
Mo. 21.09	 Bunter Gemüseeintopf mit Perlgrauen ^(a3, i)	 Geflügel Frikadelle ^(a1, c, g, j) Sellerie-Möhrengemüse in Rahm ^(a1, g, i, 1) Salzkartoffeln	 Griechischer Salat mit Peperoni, Oliven, Hirtenkäse und Tomaten ^(c, g, j)	Pudding Caramel ^(g, 22)
Di. 22.09	 Putengyros Tsatsiki ^(g) Parboiled Reis Rotkrautsalat	 Schlemmerfilet mit Brokkolikruste ^(a1, c, d, g, j) Brokkoli-Blumenkohlsoße ^(a1, g, 1) Kartoffel-Süßkartoffelpüree ^(g)	 Griechischer Salat mit Peperoni, Oliven, Hirtenkäse und Tomaten ^(c, g, j)	Milchreis ^(g, 22)
Mi. 23.09	Milchreis ^(g, 22) Pflaumenkompott ⁽¹⁾	 Paprikaschote ^(c) Paprikasoße ^(a1, 1) Salzkartoffeln	 Griechischer Salat mit Peperoni, Oliven, Hirtenkäse und Tomaten ^(c, g, j)	Fruchtmilch ^(g, 5a)
Do. 24.09	 Lammgeschnetzeltes in Knoblauch-Honigsoße mit Zwiebeln ^(a1, f, i, 1) Reis	 Omelette ^(c, g) Porree in Rahm ^(g) Salzkartoffeln	 Griechischer Salat mit Peperoni, Oliven, Hirtenkäse und Tomaten ^(c, g, j)	Frucht Joghurt
Fr. 25.09	 Backfisch ^(a1, c, d, j) mit Dillsoße ^(a1, g, 1) Salzkartoffeln Tomatensalat	 Griechische Reispfanne mit Hackfleisch, Oliven und Zucchini ^(i, m, 3) Minz-Joghurt ^(g)	 Griechischer Salat mit Peperoni, Oliven, Hirtenkäse und Tomaten ^(c, g, j)	Vanille Pudding ^(g, 1)
Sa. 26.09	 Erbseneintopf mit Speck und Suppengemüse, Kartoffelwürfel ^(i, 2, 3) Bockwurst ^(2, 3, 9)	 Gedünsteter Seelachs ^(d) Schmorgurkengemüse ^(a1, g, j, 1) Salzkartoffeln	 Griechischer Salat mit Peperoni, Oliven, Hirtenkäse und Tomaten ^(c, g, j)	Schokopudding mit Sahne ^(g)
So. 27.09	 Gemüse Maultaschen in Brühe mit Suppengemüse ^(a1, c, i)	 Rindergulasch mit Paprika, Zwiebeln und Tomate ^(a1, j, 1) Kartoffelklöße ^(i, 3)	 Griechischer Salat mit Peperoni, Oliven, Hirtenkäse und Tomaten ^(c, g, j)	Rote Grütze mit Sahne ^(g, 1)
Mo. 28.09	 Vegetarisches Schnitzel ^(a1, a4, c, g) Mischgemüse ^(a1, g, 1) Salzkartoffeln	 Geflügel Bratwurst mit Kohlrabi-Möhrengemüse ^(a1, g, 1) Kartoffelpüree ^(g)	 Hausgemachter Kartoffelsalat mit Wiener Würstchen ^(a1, c, f, g, i, j, 2, 3, 5a, 6a, 1, 9)	Schokoladen Cookie ^(a1, 2)
Di. 29.09	 Linseneintopf mit Speck ^(i, 2, 3) Krakauer	 Lachs Würfel in Mango-Chilisoße mit Paprika und Möhren ^(a1, d, g, k, 1, 17) Käseavoli ^(a1, c, g)	 Hausgemachter Kartoffelsalat mit Wiener Würstchen ^(a1, c, f, g, i, j, 2, 3, 5a, 6a, 1, 9)	Früchte Joghurt ^(g)
Mi. 30.09	 Germknödel gefüllt mit Pflaumenmus ^(a1, c, g) mit Vanillesoße ^(g, 1)	 Kasseler Braten ^(2, 3) Kohlrabi-Speckrahm Soße ^(a1, g, 2, 3, 1) Salzkartoffeln	 Hausgemachter Kartoffelsalat mit Wiener Würstchen ^(a1, c, f, g, i, j, 2, 3, 5a, 6a, 1, 9)	Quarkdessert Vanille ^(g)

Enthält Zusatzstoffe: (2) mit Konservierungsstoff, (3) mit Antioxidationsmittel, (4) mit Geschmacksverstärker, (5a) mit Süßungsmitteln, (6a) mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln, (1) mit Farbstoff, (9) mit Phosphat, (17) mit Milchpulver, (22) unter Verwendung von Sahne, (25) Kunststoffüberzug nicht zum Verzehr geeignet, (26) genetisch verändert
 Enthält Allergene: (a1) Weizen und Weizenerzeugnisse, (a2) Roggen und Roggenerzeugnisse, (a3) Gerste und Gersteerzeugnisse, (a4) Hafer und Hafererzeugnisse, (b) Krebstiere und -erzeugnisse, (c) Eier und -erzeugnisse, (d) Fisch und -erzeugnisse, (e) Erdnüsse und -erzeugnisse, (f) Soja und -erzeugnisse, (g) Milch und -erzeugnisse, (h) Schalenfrüchte und -erzeugnisse, (h1) Mandeln und Mandelerzeugnisse, (h2) Haselnüsse und Haselnusserzeugnisse, (h3) Walnüsse und Walnusserzeugnisse, (h4) Cashewnüsse und Cashewnusserzeugnisse, (h5) Pecannüsse und Pecanusserzeugnisse, (h6) Paranüsse und Paranusserzeugnisse, (h7) Pistazien und Pistazienerzeugnisse, (h8) Macadamia- oder Queenslandnüsse und -erzeugnisse, (i) Sellerie und -erzeugnisse, (j) Senf und -erzeugnisse, (k) Sesamsamen und -erzeugnisse, (l) Schwefeldioxid und Sulfide in einer Konzentration von mehr als 10mg/kg oder 10mg/l, als SO2 angegeben, (m) Lupine und -erzeugnisse

Das Küchenteam wünscht Ihnen einen guten Appetit! Änderungen vorbehalten!

Änderungen Ihrer Bestellung unter Tel.: 0381/24279720, FAX: 0381/242799700, E-Mail: ear@drk-rostock.de

Änderungen melden Sie bitte immer 1 Tag im voraus, für Montag bis Freitag bis 14.00 Uhr

Für Sa./So. und vor Feiertagen bis 13.00 Uhr

An Wochenenden und Feiertagen ist das Büro nicht besetzt



Bitte die Menge des gewählten Essens nur mit Zahlen eintragen.

DRK Kreisverband Rostock e. V., Trelleborger Str. 11, 18107 Rostock

Tour:

Kunden-Nr.:

	Menü 1	Menü 2	Salat der Woche	Nachtsch
Di. 1.9.				
Mi. 2.9.				
Do. 3.9.				
Fr. 4.9.				
Sa. 5.9.				
So. 6.9.				
Mo. 7.9.				
Di. 8.9.				
Mi. 9.9.				
Do. 10.9.				
Fr. 11.9.				
Sa. 12.9.				
So. 13.9.				
Mo. 14.9.				
Di. 15.9.				

Kunden-Nr.:

Gerne können Sie unseren Fahrern das ausgefüllte Bestellformular übergeben.

DRK Kreisverband Rostock e.V.
Bürgerservice
Trelleborger Str.11
18107 Rostock

Bitte die Menge des gewählten Essens nur mit Zahlen eintragen!

E-Mail: ear@drk-rostock.de
Telefon: 0381/242799700
FAX: 0381/242799700
Online: www.bestellung-drk-rostock.de

	Menü 1	Menü 2	Salat der Woche	Nachtisch
Mi. 16.9.				
Do. 17.9.				
Fr. 18.9.				
Sa. 19.9.				
So. 20.9.				
Mo. 21.9.				
Di. 22.9.				
Mi. 23.9.				
Do. 24.9.				
Fr. 25.9.				
Sa. 26.9.				
So. 27.9.				
Mo. 28.9.				
Di. 29.9.				
Mi. 30.9.				