

Kundennummer:






























Name:

































Tour:

## Menüplan - Dezember

Am **Samstag & Sonntag** kostet das Menü **8,50 €** und an **Feiertagen** **11,00 €**

Für einzelne Liefergebiete (Brinckmansdorf, Kassebohm, Gehlsdorf, Toitenwinkel, Dierkow, Krummendorf, Elmenhorst, Diedrichshagen) gilt zusätzlich eine Transportzulage

Tag	Gericht 1 ab 7,50 €	Gericht 2 ab 7,50 €	Salat der Woche ab 7,50 €	Nachtisch 1,00 €
Mo.1.12.	 <b>Bunter Gemüseeintopf<sup>f</sup></b> mit Perlgrauben <sup>a3</sup>	 <b>Hähnchenkeule</b> Erbsen und Möhren in Rahm <sup>a1,g</sup> Kartoffeln	<b>"Asia Reis" Salat</b> Tomaten, Gurken Paprika, Sprossen Ei <sup>(c)</sup> , Rucola, Teriyaki Spieß <sup>(f)</sup>	Fruchtjoghurt <sup>(g)</sup>
Di.2.12.	 <b>Putengyros</b> Tsaziki <sup>g</sup> Vollkornreis, Rotkrautsalat	 <b>Schlemmerfilet Brokkoli<sup>a1,g,d</sup></b> Blumenkohl-Brokkolisöße <sup>a1,g</sup> Kartoffel-Süßkartoffelpüree <sup>g</sup>		Rote Grütze mit Sahne <sup>(1,g)</sup>
Mi.3.12.	 <b>Milchreis<sup>g</sup></b> mit Kirsch Grütze <sup>1</sup>	 <b>Hackschmorkoh<sup>a1,s</sup></b> mit Salzkartoffeln		Gebäck <sup>(a,d)</sup>
Do.4.12.	 <b>Lammgeschnetzeltes<sup>a1,f,g</sup></b> in Knoblauch-Honigsoße mit Zwiebeln und Reis	 <b>Rührei<sup>c,g</sup></b> Porree in Rahm <sup>a1,g</sup> Salzkartoffeln		Fruchtjoghurt <sup>(g)</sup>
Fr.5.12.	 <b>Seelachs Backfisch<sup>a1,d</sup></b> mit Dillsoße <sup>a1,g</sup> Salzkartoffeln Tomatensalat	 <b>Zucchini-Hackfleischpfanne<sup>a1,g</sup></b> mit Paprika Reis		Quarkdessert <sup>(g)</sup>
Sa.6.12.	 <b>Erbseintopf<sup>f</sup></b> mit Bockwurst <sup>2,3,9,s</sup>	<b>Gedünstetes Schollenfilet<sup>d</sup></b> Zitronensoße <sup>a1,g</sup> Buttermöhren <sup>g</sup> , Salzkartoffeln		Kuchenriegel <sup>(a1,c,g)</sup>
So.7.12.	 <b>Gemüse Maultaschen<sup>(a1,c,i)</sup></b> mit Kartotten, Spinatfüllung in klarer Gemüsebrühe mit Suppeneilage	 <b>Rindergulasch<sup>a1,j</sup></b> Paprika, Zwiebeln, Tomate Kartoffelklöße <sup>5</sup>		Gebäck <sup>(a,d)</sup>
Mo.8.12.	 <b>Vegetarisches Schnitzel<sup>a1,a4,g,c</sup></b> Erbsen und Möhren in Rahm <sup>a1,g</sup> Salzkartoffeln	 <b>Geflügel Bratwurst</b> Steckrüben-Möhrensoße <sup>a1,g</sup> Kartoffelpüree <sup>g</sup>		Joghurt <sup>(g)</sup>
Di.9.12.	 <b>Linseneintopf<sup>f</sup></b> Suppengemüse Bockwurst <sup>2,3,9,s</sup>	 <b>Lachs Pasta<sup>a1,g,d,k</sup></b> mit Mango-Chilisoße Paprika, Zwiebel und Möhren Käseravioli		"Panna cotta" <sup>(g)</sup>
Mi.10.12.	 <b>Germknödel<sup>a1,g,c</sup></b> mit Vanillesoße <sup>g,1</sup>	 <b>Sauerfleisch<sup>i,s</sup></b> Remoulade <sup>g,c</sup> Bratkartoffeln <sup>2,3,9,s</sup> Gewürzgurken Streifen <sup>g</sup>		<b>Hausgemachter Kartoffelsalat<sup>(c)</sup></b> mit Gewürzgurke <sup>(9)</sup> , Ei <sup>(c)</sup> und Zwiebeln paar Wiener <sup>(2,3,9)</sup> (kalt)
Do.11.12.	 <b>Kalbsfrikadelle<sup>a1</sup></b> Blumenkohl in Rahm <sup>a1,g</sup> Kräuterkartoffelpüree <sup>g</sup>	 <b>Gebackner Feta<sup>a1,a2,g</sup></b> Mediteraes Gemüse Reis	Joghurt <sup>(g)</sup>	
Fr.12.12.	 <b>Seelachsfrikassee<sup>a1,g,d</sup></b> Erbsen, Möhren und Zitrone Vollkornreis	 <b>Kasselerbraten<sup>2,3,9,s</sup></b> Kohlrabi-Speckrahm Soße <sup>a1,g</sup> Salzkartoffeln	Schokopudding mit Sahne <sup>(g)</sup>	
Sa.13.12.	 <b>Rinder Sauerbraten<sup>i</sup></b> Bratensoße <sup>a1,i,AL</sup> Wachsbohnen <sup>g</sup> , Spätzle <sup>a1,c</sup>	 <b>Gedünsteter Seehecht<sup>d</sup></b> Dillsoße <sup>a1,g</sup> Salzkartoffeln, Puzsta Salat <sup>g</sup>	Quarkspeise <sup>(g)</sup>	
So.14.12.	 <b>Vegetarische Bolognese<sup>a1,f,i</sup></b> mit Vollkornnudeln <sup>a1,a2</sup>	 <b>Hähnchen Cordon Bleu<sup>a1,g</sup></b> Bunte Möhren und Brokkoli in Rahm <sup>a1,g</sup> Salzkartoffeln	Fruchtjoghurt <sup>(g)</sup>	
Mo.15.12.	 <b>Vegetarisches Chili sin Carne<sup>a1,f</sup></b> Rote Bohnen und Mais Langkorn Reis	 <b>Hähnchen-Curry<sup>a1</sup></b> Paprika, Ananas und Lauch in Kokosmilch Vollkornnudeln <sup>a1,a2</sup>	Gebäck <sup>(a,g)</sup>	

Tag	Gericht 1 ab 7,50 €	Gericht 2 ab 7,50 €	Salat der Woche ab 7,50 €	Nachtisch 1,00 €
Di.16.12.	 Schweinebraten <sup>(a1,i,j)</sup> mit Rahmsauerkraut <sup>(a1,g)</sup> und Salzkartoffeln	 eingelegter Brathering <sup>a1,j,d</sup> Zwiebel-Lauchsalat Hausfrauensoße <sup>c,g</sup> Bratkartoffeln <sup>2,3,9,s</sup>	<b>"Orient Salat"</b> Cous- Cous <sup>(a1)</sup> , Gurke, Tomate, Paprika , Koriander, Lauchzwiebel Rosinen, getrocknete Tomaten und Falafel <sup>(a1,c,f,i,j,k)</sup>	Pudding Waldmeister <sup>(1)</sup> mit Vanillesoße <sup>(g)</sup>
Mi.17.12.	 Grießbrei <sup>g,a1</sup> Erdbeer Kompott	 gebratenes Dorschfilet <sup>a1,d</sup> Schmorgurkengemüse <sup>a1,g,j</sup> Salzkartoffeln		Fruchtsaftgetränk
Do.18.12.	 Putenrollbraten Paprika-Wirsingrahm <sup>a1,g</sup> Kartoffeln	 Spinat-Gorgonzola Pasta <sup>a1,g</sup> mit Datteln und Schleifennudeln <sup>a1,c</sup>		Joghurtdessert <sup>(g)</sup>
Fr.19.12.	 Eierragout <sup>a1,j,g,c</sup> Leipziger Allerei Salzkartoffeln	 Wildschweinsülze <sup>i,s</sup> Pflaumendip <sup>a1</sup> Kartoffel-Waldpilzpüree <sup>g</sup>		Kuchenriegel <sup>(a1,c,g)</sup>
Sa.20.12.	 Rinderroulade <sup>i</sup> Rouladensoße <sup>a1,j,2,3,9,s</sup> Brechbohnen <sup>g</sup> , Salzkartoffeln	 Schlemmerfilet Italo <sup>d,g</sup> Ratatouille <sup>a1</sup> Vollkornnudeln <sup>a1,a2</sup>		Quarkdessert <sup>(g)</sup>
So.21.12.	 Lachsragout <sup>a1,g,h,d</sup> in Zitronen-Hummersoße Mais und Möhren, Reis	 Mecklenburger Rippenbraten Pflaumensoße <sup>a1,j,i,AL</sup> Rosenkohl <sup>g</sup> , Salzkartoffeln		Joghurt <sup>(g)</sup>
Mo.22.12.	 Fruchtige Tomatensoße <sup>a1</sup> mit Vollkornnudeln <sup>a1,a2</sup> gerieben Gouda <sup>g</sup>	 Gedünstetes Schollenfiet <sup>d</sup> Tomaten-Pfefferrahmsoße <sup>a1,g(Pikant)</sup> Kartoffel-Gemüseepüree <sup>g</sup>	Waffel <sup>(a1,c,g)</sup>	
Di.23.12.	 Hähnchenkeule <sup>i</sup> Kräutersoße <sup>a1,g</sup> Honig-Möhren <sup>g</sup> Salzkartoffeln	 Pellkartoffeln Kräuterquark <sup>g</sup> Pfannengemüse (Zucchini,Paprika, Möhre)	Erdbeerpudding mit Sahne <sup>(g)</sup>	
Mi.24.12.	 Rührei <sup>c,g</sup> Rahmspinat <sup>a1,g</sup> Karoffelpüree <sup>g</sup>	 Wildschweingulasch <sup>a1,i,AL</sup> Preiselbeeren und Maronen Kartoffelklöße <sup>5</sup>	<b>"Winter Salat"</b> Salat, Tomate , Gurke, Kürbis, Äpfel, Sonnenblumenkern e, Hähnchenstreifen, Marillen Essig	Ochsenauge <sup>(a,d)</sup>
Do.25.12.	 Entenkeule mit klassischer Soße <sup>(a1,i)</sup> Rotkohl und Kartoffelklöße <sup>(5)</sup>	 Gebratenes Welsfilet <sup>d</sup> Porree-Rahm <sup>a1,g</sup> Salzkartoffeln	Quarkspeise <sup>(g)</sup>	
Fr.26.12.	 Hummersuppe <sup>(a1,b,d,g,i)</sup> mit Fisch und Shrimps Wurzelgemüse, Vollkornbrot <sup>(a1,a2)</sup>	 halbe Entenbrust mit klassischer Soße <sup>a1,g,j</sup> Rosenkohl-Datteln Gemüse Salzkartoffeln	Pudding Caramel <sup>(g)</sup>	
Sa.27.12.	 Schweinegeschnetzeltes <sup>a1,g,AL</sup> Züricher Art Champignons und Zwiebel Vollkornreis	 Vegetarisches Schnitzel <sup>a1,a4,g,c</sup> Brechbohnen in Rahm <sup>a1,g</sup> Salzkartoffeln	Milchreis <sup>(g)</sup>	
So.28.12.	 Pangasius-Fischroulade <sup>a1,d,f</sup> Brokkolicremefüllung Paprikasoße <sup>a1</sup> , Salzkartoffeln	 Kaninchenkeule mit klassischer Soße <sup>a1,g,j</sup> Rotkohl, Salzkartoffeln	Milchmix- getränk <sup>(g)</sup>	
Mo.29.12.	 Vegetarisches Linsencurry <sup>a1</sup> mit Möhren, Brokkoli Limette und Koriander, Reis	 Hühnerfrikassee <sup>a1,g</sup> Erbsen und Möhren Kartoffeln	<b>"Bauern Salat"</b> Kartoffeln, Speck <sup>(2,3,9)</sup> getrocknete Tomaten Frühlingszwiebeln, Paprika Gewürzgurke <sup>(9)</sup> und Oliven	Fruchtjoghurt <sup>(g)</sup>
Di.30.12.	 Hähnchenbrust Natur Kräuterrahmsoße <sup>a1,g</sup> bunte Möhren <sup>g</sup> und Salzkartoffel	 Fischfrikadelle <sup>a1,c,d</sup> Dillsoße <sup>a1,g</sup> Reis, Gurkensalat	Vanillepudding mit Sahne <sup>(g)</sup>	
Mi.31.12.	 Gefüllte Zucchini <sup>a1,g,c</sup> mit Tomaten-Kräutersoße <sup>a1</sup> und Kartoffel-Selleriepüree <sup>g</sup>	 Bratwurst <sup>2,3,9s</sup> Kohlrabi-Möhren in Rahm <sup>a1,g</sup> Salzkartoffeln	Schokoladen- pudding <sup>(g)</sup>	

**Zusatzstoffe:** 1= mit Farbstoff; 2 = mit Konservierungsstoff / konserviert; 3 = mit Antioxidationsmittel; 4 = mit Geschmacksverstärker; 5 = geschwefelt; 6 = geschwärzt; 7= gewachst; 8 = mit Süßungsmittel(n); 9 = mit Phosphat; S = mit Schweinefleisch; Z = zum Teil fein zerkleinert; V = Veg. Zubereitung; AL = kann Reste von Alkohol enthalten

**Stoffe o. Erzeugnisse die Allergien o. Unverträglichkeiten auslösen können, gemäß LMIV Anhang II**

a = Gluten; a1 = Weizen; a2 = Roggen; a3 = Gerste; a4 = Hafer; a5 = Dinkel; b = Krebstiere/-erzeugnisse; c = Eier/-erzeugnisse; d = Fische/-erzeugnisse; e = Erdnüsse/-erzeugnisse; f = Sojabohnen/-erzeugnisse; g = Milch/-erzeugnisse (einschließlich Laktose); h = Schotenfrüchte/-erzeugnisse; h1 = Mandeln; h2 = Haselnüsse; h3 = Walnüsse; h4 = Cashewnüsse; h5 = Pecannüsse; h6 = Paranüsse; h7 = Pistazien; h8 = Macadamianüsse i = Sellerie/-erzeugnisse; j = Senf/-erzeugnisse; k = Sesam/-erzeugnisse; l = Schwefeldioxid/Sulfite; m = Lupinen/-erzeugnisse; n = Weichtiere/-erzeugnisse

**Das Küchenteam wünscht Ihnen einen guten Appetit! Änderungen vorbehalten!**

**Änderungen zum Speiseplan unter Tel.: 0381/24279720, FAX: 0381/242799700, E-Mail: ear@drk-rostock.de:**

**Veränderungen 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**



# Deutsches Rotes Kreuz

Bestellformular Dezember 25 – Rückgabe bitte bis 15. November 25

**Bitte die Menge des gewählten Essens nur mit Zahlen eintragen.**

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

**Tour:**

**Name:**  
**Straße, Nr.:**  
**PLZ, Ort:**

**Kunden-Nr.:**

	Gericht 1	Gericht 2	Salat der Woche	Nachtisch
Mo. 1.12.				
Di. 2.12.				
Mi. 3.12.				
Do. 4.12.				
Fr. 5.12.				
Sa. 6.12.				
So. 7.12.				
Mo. 8.12.				
Di. 9.12.				
Mi. 10.12.				
Do. 11.12.				
Fr. 12.12.				
Sa. 13.12.				
So. 14.12.				
Mo. 15.12.				

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  
**FAX:** 0381/242799700  
**Online:** www.bestellung-drk-rostock.de  
**App:** EAR-Rostock

	Gericht 1	Gericht 2	Salat der Woche	Nachtisch
Di. 16.12.				
Mi. 17.12.				
Do. 18.12.				
Fr. 19.12.				
Sa. 20.12.				
So. 21.12.				
Mo. 22.12.				
Di. 23.12.				
Mi. 24.12.				
Do. 25.12.				
Fr. 26.12.				
Sa. 27.12.				
So. 28.12.				
Mo. 29.12.				
Di. 30.12.				
Mi. 31.12.				