

Menüplan - Juni























Kundennummer:





















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.

	Menü 1	Menü 2	Nachtisch	Salat der Woche
Mo. 01.06	 Chili sin Carne ^(a1, f, 1) Parboiled Reis	 Hähnchen-Curry mit Paprika, Ananas und Lauch ^(a1, 1) Vollkornnudeln ^(a1)	Frucht Joghurt ^(g)	Salat Hawaii ^(2, 3, 9)
Di. 02.06	Kartoffelsuppe mit Möhren und Erbsen und frischer Petersilie ⁽ⁱ⁾ Paar Wiener ^(a1, f, g, i, j, 2, 3, 9)	eingelegerter Brathering ^(a1, d, f, 1, 21) Hausfrauensoße ^(g, j, 2, 6a, 1, 25) und Kartoffelpüree ^(g) Zwiebel-Lauch Salat	Vanille Pudding ^(g, 1)	Salat Hawaii ^(2, 3, 9)
Mi. 03.06	 Grießbrei ^(a1, g) Apfel Kompott	Schnitzel ^(a1, g, 19) Spargel in Rahm ^(g) Kartoffeln	Schokopudding ^(g, 22)	Salat Hawaii ^(2, 3, 9)
Do. 04.06	 Putenrollbraten Paprika-Wirsingrahm ^(a1, g, 1) Kartoffeln	 Spinat Gorgonzola Soße mit Datteln ^(a1, e, g, h, h1, h2, h3, h4, h5, h6, h7, h8, 1) und Schleifennudeln ^(a1, c, f, j)	Früchte Joghurt ^(g)	Salat Hawaii ^(2, 3, 9)
Fr. 05.06	Eierragout mit Leipziger Allerlei ^(a1, c, g, j, 1) Kartoffeln	 Wildschweinsülze ^(i, 2) Pflaumen Dip Kartoffel-Waldpilzpüree ^(a1, a2, a3, a4, f, g, i, j)	Rote Grütze mit Sahne ^(g, 1)	Salat Hawaii ^(2, 3, 9)
Sa. 06.06	 Rinderroulade mit Rouladensoße ^(a1, i, j, l, 2, 3, 1, 25) Brechbohnen ^(g) Kartoffeln	 Schlemmerfilet Italiano ^(d, g) Ratatouille Gemüse ^(a1, 1) Vollkornnudeln ^(a1)	Doppelkeks ^(a1, f, g)	Salat Hawaii ^(2, 3, 9)
So. 07.06	 Lachsragout in Zitronen-Hummersoße mit Mais und Möhren ^(a1, b, d, g, i, 4, 1, 17) Parboiled Reis	 Mecklenburger Rippenbraten ⁽²⁾ Pflaumenbraten Soße ^(a1, i, l, 1) Buttermöhren ^(g) Kartoffeln	Frucht Joghurt ^(g)	Salat Hawaii ^(2, 3, 9)
Mo. 08.06	 Fruchtige Tomatensoße ^(a1, 1) und Vollkornnudeln ^(a1)	 Gedünstetes Schollenfilet ^(d) Tomaten-Pfefferrahm Soße ^(a1, g, 3, 1) Kartoffel-Gemüsepüree ^(g, i)	Quarkdessert Kirsche ^(g)	Vollwert Salat ^(a1, a2, a3, a4, c, e, f, g, h, h1, h2, h3, h4, h5, h6, h7, h8, j, k, m)
Di. 09.06	 Hähnchenkeule mit Kräuterrahmsoße ^(a1, g, 1) Honig-Möhren ^(g) Kartoffeln	Pellkartoffel Kräuterquark ^(g) Pfannengemüse	Kuchenriegel Schoko ^(a1, c, f, g)	Vollwert Salat ^(a1, a2, a3, a4, c, e, f, g, h, h1, h2, h3, h4, h5, h6, h7, h8, j, k, m)
Mi. 10.06	 Rührei ^(c, g, i) mit Rahmspinat ^(a1, g, 1) und Kartoffelpüree ^(g)	 Jägerschnitte ^(a1, c, g, i, j, 2, 9, 26) Mischgemüse ^(a1, g, 1) Kartoffeln	Amsterdamer Gebäck ^(a1, a3, c, f, g)	Vollwert Salat ^(a1, a2, a3, a4, c, e, f, g, h, h1, h2, h3, h4, h5, h6, h7, h8, j, k, m)
Do. 11.06	 Wildschweingulasch mit Preiselbeeren und Maronen ^(a1, j, l, 1) Kartoffelklöße ^(l, 3)	Sahne Hering ^(c, d, g, j, 2, 6a) Kartoffeln Tomatensalat	Früchte Joghurt ^(g)	Vollwert Salat ^(a1, a2, a3, a4, c, e, f, g, h, h1, h2, h3, h4, h5, h6, h7, h8, j, k, m)
Fr. 12.06	 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) und Kartoffelpüree ^(g)	Panna Cotta ^(g)	Vollwert Salat ^(a1, a2, a3, a4, c, e, f, g, h, h1, h2, h3, h4, h5, h6, h7, h8, j, k, m)
Sa. 13.06	 Schweinegeschnetzeltes "Züricher Art" mit Champignons und Zwiebeln ^(a1, g, 1) Natur Reis	Vegetarisches Schnitzel ^(a1, a4, c, g) Spargel in Rahm ^(g) Kartoffeln	Zitronen Mousse ^(g, 1)	Vollwert Salat ^(a1, a2, a3, a4, c, e, f, g, h, h1, h2, h3, h4, h5, h6, h7, h8, j, k, m)
So. 14.06	Pangasius-Fischroulade mit Brokkoli ^(a1, d, f) Paprikasoße ^(a1, 1) Kartoffeln	 Kalbsgulasch mit Kapern ^(a1, g, 1) Spätzle ^(a1, c, f, g, j)	Früchte Joghurt ^(g)	Vollwert Salat ^(a1, a2, a3, a4, c, e, f, g, h, h1, h2, h3, h4, h5, h6, h7, h8, j, k, m)
Mo. 15.06	 Vegetarisches Linsencurry ^(a1, 1) Reis	 Hühnerfrikassee mit Erbsen und Möhren ^(a1, g, 1) Kartoffeln	Schokopudding mit Sahne ^(g)	Fitnesssteller

	Menü 1	Menü 2	Nachtsch	Salat der Woche
Di. 16.06	 Hähnchenbrust Natur mit Kräuterrahmsoße ^(a1, g, 1) bunte Möhren ^(g) Kartoffeln	Fischfrikadelle ^(a1, d, g) Remoulade ^(g, j, 2, 6a, 1, 25) Kartoffeln Gurkensalat	Quarkdessert Vanille ^(g)	Fitnesssteller
Mi. 17.06	 Gefüllte Zucchini ^(a1, c, g, 1) mit Tomaten-Kräuter Soße ^(a1, 1) und Kartoffel-Selleriepüree ^(g, i)	 Bratwurst ⁽⁹⁾ mit Kohlrabi-Möhrengemüse ^(a1, g, 1) Kartoffeln	Frucht Joghurt ^(g)	Fitnesssteller
Do. 18.06	 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)	Cookie mit Schokolade ^(a1, 2)	Fitnesssteller
Fr. 19.06	Schlemmerfilet Bordelaise ^(a1, c, d, g, j) mit Estragon Soße ^(a1, g, 1) dazu Buttererbsen ^(g) Kartoffeln	 Paprikaschote ^(a1, c) Paprikasoße ^(a1, 1) Kartoffeln	Pudding Waldmeister mit Vanillesoße ^(g, 1)	Fitnesssteller
Sa. 20.06	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) Buttermöhren ^(g) Kartoffeln	Apfel Fruchtsaft	Fitnesssteller
So. 21.06	Blumenkohl-Käsemedaillon ^(a1, c, g) Brokkoli-Hollandaise Rahm ^(a1, c, g, 1) Kartoffeln	 Königsberger Klopse ^(a1) mit Kapern Soße ^(a1, g, 1) Kartoffeln Rote Bete ^(5a)	Früchte Joghurt ^(g)	Fitnesssteller
Mo. 22.06	Vegetarische Paprikaschote ^(a1, c) Ratatouille Gemüse ^(a1, 1) Weizen Ebly ^(a1)	 Hähnchenschnitzel ^(a1) Spargel in Rahm ^(g) Kartoffeln	Kuchenriegel Caramel ^(a1, c, f, g)	Salat Hawaii ^(2, 3, 9)
Di. 23.06	 Hausgemachter Schweinebraten ⁽ⁱ⁾ mit Bratensoße ^(a1, i, l, 1) Brechbohnen ^(g) Kartoffelklöße ^(l, 3)	Kartoffelpuffer ^(a1, c) Apfelmus ⁽³⁾	Quarkdessert Kirsche ^(g)	Salat Hawaii ^(2, 3, 9)
Mi. 24.06	 Matjesfilet ^(d, 2, 4) Remoulade ^(g, j, 2, 6a, 1, 25) Schnittlauch-Kartoffel-Möhrenpüree ^(g)	 Hausgemachte Hähnchenunterschenkel Blumenkohlgemüse ^(a1, g, 1) Kartoffeln	Früchte Joghurt ^(g)	Salat Hawaii ^(2, 3, 9)
Do. 25.06	 Hühnereintopf mit Suppengemüse ⁽ⁱ⁾ Bio Parboiled Reis (Eintopf)	 Buttermarkrele ^(a1, d) mit Kräuterrahmsoße ^(a1, g, 1) dazu Buttererbsen ^(g) Kartoffeln	Frischei Waffel ^(a1, c, f, m)	Salat Hawaii ^(2, 3, 9)
Fr. 26.06	 Eier ^(c) Senf- Soße ^(a1, g, j, 1) Kartoffeln Rote Bete ^(5a)	Rinderstreifen in Zucchini-Paprika Soße ^(a1, g, 1) Kartoffeln	Erdbeerpudding ^(g, 1, 22)	Salat Hawaii ^(2, 3, 9)
Sa. 27.06	 Geflügel Bolognese ^(a1, i, 3, 1) und Vollkornnudeln ^(a1)	Gemüse Frikadelle ^(a2, c) dicke Bohne in Rahm ^(a1, g, 1) Kartoffeln	Ochsenauge ^(a1, a3, c, f, g)	Salat Hawaii ^(2, 3, 9)
So. 28.06	 Lachs Würfel in Honig-Senfsoße mit Brokkoli ^(a1, d, g, j, 1, 17) und Kartoffelpüree ^(g)	Geschmorter Rinderbraten ^(a1, i, l, 1) Zwiebel Rotwein Soße ^(a1, i, l, 1) Spargelgemüse ^(g) Kartoffeln	Quarkdessert Erdbeere ^(g)	Salat Hawaii ^(2, 3, 9)
Mo. 29.06	 Bunter Gemüseeintopf mit Perlgrauen ^(a3, i)	 Hähnchenkeule Sellerie-Möhrengemüse in Rahm ^(a1, g, i, 1) Kartoffeln	Pudding Caramel ^(g, 22)	Griechischer Salat ^(c, g, j)
Di. 30.06	 Putengyros Tsatsiki ^(g) Parboiled Reis Rotkrautsalat	 Schlemmerfilet mit Brokkolikruste ^(a1, c, d, g, j) Brokkoli-Blumenkohlsoße ^(a1, g, 1) Kartoffel-Süßkartoffelpüree ^(g)	Milchreis ^(g, 22)	Griechischer Salat ^(c, g, j)

Enthält Zusatzstoffe: (2) mit Konservierungsstoff, (3) mit Antioxidationsmittel, (4) mit Geschmacksverstärker, (5a) mit Süßungsmitteln, (6a) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel, (1) mit Farbstoff, (9) mit Phosphat, (17) mit Milchpulver, (19) mit Milcheiweiß, (21) unter Verwendung von Milch, (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 Gersteezeugnisse, (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



Bestellformular Juni 26 – Rückgabe bitte bis 15. Mai 26

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	Nachtisch
Mo. 1.6.				
Di. 2.6.				
Mi. 3.6.				
Do. 4.6.				
Fr. 5.6.				
Sa. 6.6.				
So. 7.6.				
Mo. 8.6.				
Di. 9.6.				
Mi. 10.6.				
Do. 11.6.				
Fr. 12.6.				
Sa. 13.6.				
So. 14.6.				
Mo. 15.6.				

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

	Menü 1	Menü 2	Salat der Woche	Nachtisch
Di. 16.6.				
Mi. 17.6.				
Do. 18.6.				
Fr. 19.6.				
Sa. 20.6.				
So. 21.6.				
Mo. 22.6.				
Di. 23.6.				
Mi. 24.6.				
Do. 25.6.				
Fr. 26.6.				
Sa. 27.6.				
So. 28.6.				
Mo. 29.6.				
Di. 30.6.				