

Kundennummer:
Name:
Tour:

Menüplan - November

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 €
Sa.1.11.	 Rinder Sauerbratenⁱ Bratensoße ^{a1,i,AL} Wachsbohnen ^g , Spätzle ^{a1,c}	 Gedünsteter Seehecht^d in Dillsoße ^{a1,g} Salzkartoffeln, Puzsta Salat ⁸	Hausgemachter Kartoffelsalat^(d) mit Gewürzgurke ⁽⁹⁾ , Ei ^(c) und Zwiebeln paar Wiener ^(2,3,9) (kalt)	Fruchtjoghurt ^(g)
So.2.11.	 Vegetarische Bolognese^{a1,f,i} mit Vollkornnudeln ^{a1,a2}	 Hähnchen Cordon Bleu^{a1,g} mit Champignons in Rahm ^{a1,g} und Salzkartoffeln		Rote Grütze mit Sahne ^(1,g)
Mo.3.11.	 Vegetarisches Chili sin Carne^{a1,f} Rote Bohnen und Mais Vollkornreis	 Hähnchen-Curry^{a1} Paprika, Ananas und Lauch in Kokosmilch mit Vollkornnudeln ^{a1,a2}	"Orient Salat" Cous- Cous^(a1), Gurke, Tomate, Paprika ,Koriander, Lauchzwiebel Rosinen, getrocknete Tomaten und Falafel (a1,c,f,i,j,k)	Gebäck ^(a,d)
Di.4.11.	 Lungenwurst^(2,3,9,s) mit Grünkohl ^(a1,j) und Salzkartoffeln	 Eingelegter Brathering^{a1,j,d} warmer Zwiebel-Lauchsalat Hausfrauensoße ^{c,g} , Bratkartoffeln ^{2,3,9,s}		Fruchtjoghurt ^(g)
Mi.5.11.	 Grießbrei^{g,a1} mit Heidelbeer-Kompott	 Gebrautes Dorschfilet^{a1,d} mit Schmorgurkengemüse ^{a1,g,j} und Salzkartoffeln		Quarkdessert ^(g)
Do.6.11.	 Putenrollbraten Paprika-Wirsingrahm ^{a1,g} Kartoffeln	 Spinat-Gorgonzola Pasta^{a1,g} mit Datteln und Schleifennudeln ^{a1,c}		Kuchenriegel ^(a1,c,g)
Fr.7.11.	 Eierragout^{a1,j,g,c} mit Leipziger Allerei und Salzkartoffeln	 Wildschweinsülze^{i,s} Pflaumendip ^{a1} Kartoffel-Waldpilzpüree ^g		Gebäck ^(a,d)
Sa.8.11.	 Rinderroulade^j Rouladensoße ^{a1,j,2,3,9,s} Brechbohnen und Salzkartoffeln	 Schlemmerfilet Italo^{d,g} Ratatouille ^{a1} Vollkornnudeln ^{a1,a2}		Joghurt ^(g)
So.9.11.	 Lachsragout^{a1,g,h,d} in Zitronen-Hummersoße, Mais und Möhren, dazu Reis	 Mecklenburger Rippenbraten Pflaumensoße ^{a1,j,i,AL} Möhren und Salzkartoffeln		"Panna cotta" ^(g)
Mo.10.11.	 Fruchtige Tomatensoße^{a1} mit Vollkornnudeln ^{a1,a2} dazu geriebener Gouda ^g	 Gedünstetes Schollenfilet^d Tomaten-Pfefferrahmsoße ^{a1,g(Pikant)} Kartoffel-Gemüsepüree ^g		Zitronenmousse ^(g)
Di.11.11.	 Hähnchenkeuleⁱ Kräutersoße ^{a1,g} Honig-Möhren ^g Salzkartoffeln	 Pellkartoffeln Kräuterquark ^g Pfannengemüse (Zucchini, Paprika, Möhre)		Joghurt ^(g)
Mi.12.11.	 Rührei^{c,g} mit Rahmspinat ^{a1,g} und Kartoffelpüree ^g	 Jägerschnitzel mit Mischgemüse und Salzkartoffeln		"Winter Salat" Salat, Tomate, Gurke, Kürbis, Äpfel, Sonnenblumenkerne Hähnchenstreifen, Marillen Essig
Do.13.11.	 Wildschweingulasch^{a1,i,AL} Preiselbeeren und Maronen Kartoffelklöße ⁵	 Gedünstetes Seelachsfilet^d mit Senf-Mangosoße ^(a1,g,i) Erbsen ^(g) und Reis	Quarkspeise ^(g)	
Fr.14.11.	 Hummersuppe^(a1,b,d,g,i) mit Fisch und Shrimps Wurzelgemüse, Vollkornbrot ^(a1,a2)	 Hackbraten^{a1,c,j} mit Tomaten-Paprikasoße Kartoffelpüree ^(g)	Fruchtjoghurt ^(g)	
Sa.15.11.	 Schweinegeschnetzeltes^{a1,g,AL} Züricher Art Champignons und Zwiebeln dazu Vollkornreis	 Vegetarisches Schnitzel^{a1,a4,g,c} Spargel in Rahm ^{a1,g} Salzkartoffeln	Gebäck ^(a,g)	

Tag	Gericht 1 ab 7,50 €	Gericht 2 ab 7,50 €	Salat der Woche ab 7,50 €	Nachtsch 1,00 €
So.16.11.	 Pangasius-Fischroulade ^{a1,d,f} mit Brokkolicremefüllung Paprikasoße ^{a1} , Kartoffeln	 Kalbsrahmgulasch ^{a1,g} mit Kapern und Spätzle ^{a1,c}	"Winter Salat"	Pudding Waldmeister ⁽¹⁾ mit Vanillesoße ^(g)
Mo.17.11.	 Vegetarisches Linsencurry ^{a1} mit Möhren,Brokkoli Limette und Koriander dazu Reis	 Kaninchenkeule Rosmarinsoße ^(a1,g) , Champignons Kartoffeln	"Bauern Salat" mit Kartoffeln, Speck ^(2,3,9) , getrockneten Tomaten Frühlingszwiebeln, Paprika Gewürz gurke ⁽⁹⁾ und Oliven	Fruchtsaftgetränk
Di.18.11.	 Hähnchenbrust Natur in Kräuterrahmsoße ^{a1,g} bunte Möhren ^g und Salzkartoffeln	 Fischrikadelle ^{a1,c,d} Dillsoße ^{a1,g} Reis		Joghurtdessert ^(g)
Mi.19.11.	 Gefüllte Zucchini ^{a1,g,c} mit Tomaten-Kräutersoße ^{a1} und Kartoffel-Selleriepüree ^g	 Bratwurst ^{2,3,9s} Kohlrabi-Möhren in Rahm ^{a1,g} Salzkartoffeln		Kuchenriegel ^(a1,c,g)
Do.20.11.	 Gebackenes Schweinefilet ^s Pfefferrahmsoße ^{a1,g} Brechbohnen ^g , Spätzle ^{a1,c}	 Kaiserschmarrn ^{a1,c} mit Vanillesoße ^{g,1}		Quarkdessert ^(g)
Fr.21.11.	 Gedünsteter Seelachs ^d mit Zitronen-Hummersoße ^{a1,g,h} Salzkartoffeln, Möhrenrohkost	 Paprikaschote ^(a1,c) mit Paprika Soße ^(a1,g) und Salzkartoffeln		Joghurt ^(g)
Sa.22.11.	 Wurstgulasch ^{2,3,9,s,a1,j} Paprika, Zwiebel dazu Vollkornnudeln ^{a1,a2}	 Schlemmerfilet Bordelaise ^{a1,g,d} Estragonsoße ^{a1,g} Buttererbsen ^g , Kartoffeln		Waffel ^(a1,c,g)
So.23.11.	 Blumenkohl- Medallion ^(a1,g,c) Brokkoli in Hollandaiserahm ^(a1,g,c) Salzkartoffeln	 Königsberger Klopse ^{a1,s} Kapernsoße ^{a1,g,s} Salzkartoffeln, Rote Bete ^g		Erdbeerpudding mit Sahne ^(g)
Mo.24.11.	 Vegetarische Paprikaschote ^{a1,i,j} mit Ratatouilliegemüse ^{a1} und Weichweizen-Ebly ^{a1}	 Hähnchenschnitzel ^{a1} mit Porree in Rahm ^(a1,g,i) und Salzkartoffeln		Ochsenaugen ^(a,d)
Di.25.11.	 Schweinenacknbraten ^{i,j,AL} Schweinebraten Soße ^{a1,i,j,AL} Speckbohnen ^{2,3,9,s} , Kartoffelklöße ⁵	 Kartoffelpuffer ^{c,a1} mit Apfelmus ³		Quarkspeise ^(g)
Mi.26.11.	 2 Matjesfilets ^{d,AL,2} Kräuterremoulade ^{c,g,9} Schnittlauch-Kartoffel-Möhrenpüree ^g	 Geflügelleber ^{a1} mit Apfel-Zwiebelschmelz ^g und Kartoffelpüree ^g		"Wohlfühlen Salat" Ebly ^(a1) , Paprika, Frühlingszwiebeln Mango, Avocado, Möhrenraspeln Radieschen und Hähnchenstreifen
Do.27.11.	 Hühnereintopf ^f mit Suppengemüse dazu Parboiled Reis	 Gebratene Buttermakrele ^{a1,d} mit Petersiliensoße ^(a1,g,i) dazu Salzkartoffeln und Gurkensalat	Milchreis ^(g)	
Fr.28.11.	 Gekochte Eier ^c Senfsoße ^{a1,c,j} Salzkartoffeln und Rote Bete ⁽⁸⁾	 Rinderstreifenragout ^{a1,g} in Meerrettichsoße mit Paprika und Salzkartoffeln	Milchmix- getränk ^(g)	
Sa.29.11.	 Eisbeinfleisch ^(kalt) mit Kartoffelsalat ^(c,i) und Rotkraut	 Gemüse Frikadelle ^{c,a2,i} mit dicken Bohnen in Rahm und Salzkartoffeln	Fruchtjoghurt ^(g)	
So.30.11.	 Lachs Würfel ^d in Honig-Senfsoße ^{a1,j,g} mit Brokkoli, Kartoffelpüree ^g	 Geschmorter Rinderbug Zwiebel-Rotweinsoße ^(a1,i,AL) Rosenkohl ^(g) , Salzkartoffeln	Vanillepudding mit Sahne ^(g)	

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 November 25 – Rückgabe bitte bis 15. Oktober 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
Sa. 1.11.				
So. 2.11.				
Mo. 3.11.				
Di. 4.11.				
Mi. 5.11.				
Do. 6.11.				
Fr. 7.11.				
Sa. 8.11.				
So. 9.11.				
Mo. 10.11.				
Di. 11.11.				
Mi. 12.11.				
Do. 13.11.				
Fr. 14.11.				
Sa. 15.11.				

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
So. 16.11.				
Mo. 17.11.				
Di. 18.11.				
Mi. 19.11.				
Do. 20.11.				
Fr. 21.11.				
Sa. 22.11.				
So. 23.11.				
Mo. 24.11.				
Di. 25.11.				
Mi. 26.11.				
Do. 27.11.				
Fr. 28.11.				
Sa. 29.11.				
So. 30.11.				