

Menüplan - November

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	Nachttisch EaR
So. 01.11	 Lachs Würfel in Honig-Senfsoße mit Brokkoli ^(a1, d, g, j, 1, 17) Kartoffelpüree ^(g)	 Geschmorter Rinderbraten Zwiebel Rotwein Soße ^(a1, i, 1, 1) Rosenkohl ^(g) Salzkartoffeln	 Wohlfühl-Salat, mit Ebly, Mango, Avocado & Hähnchen ^(a1)	Frucht Joghurt ^(g, 1)
Mo. 02.11	 Weißkohl-Wirsing Eintopf mit Suppengemüse und Eierstich ^(c, i)	 Hähnchenkeule Sellerie-Möhrengemüse in Rahm ^(a1, g, i, 1) Salzkartoffeln	 Asia Reissalat mit Paprika, Sprossen, Rucola ^(c, f)	Doppelkeks ^(a1, f, g)
Di. 03.11	 Putengyros Tsatsiki ^(g) Parboiled Reis Rotkrautsalat	 Schlemmerfilet Bordelaise ^(a1, c, d, g, j) Brokkoli-Blumenkohlsoße ^(a1, g, 1) Kartoffel-Süßkartoffelpüree ^(g)	 Asia Reissalat mit Paprika, Sprossen, Rucola ^(c, f)	Pudding Waldmeister mit Vanillesoße ^(g, 1)
Mi. 04.11	 Vanille Milchreis ^(g, 22) Zimt-Pflaumenkompott ⁽¹⁾	 Hackschmorkohl ^(a1, 1) Salzkartoffeln	 Asia Reissalat mit Paprika, Sprossen, Rucola ^(c, f)	Apfel Fruchtsaft
Do. 05.11	 Lammgeschnetzeltes in Knoblauch-Honigsoße mit Zwiebeln ^(a1, f, i, 1) Reis	 Rührei ^(c, g, i) mit Rahmspinat ^(a1, g, 1) Salzkartoffeln	 Asia Reissalat mit Paprika, Sprossen, Rucola ^(c, f)	Früchte Joghurt ^(g)
Fr. 06.11	 Hausgemachter Seelachs-Backfisch ^(a1, d) mit Dillsoße ^(a1, g, 1) Salzkartoffeln Tomatensalat	 Griechische Reispfanne mit Hackfleisch, Oliven und Zucchini ^(i, m, 3) Minz-Joghurt ^(g)	 Asia Reissalat mit Paprika, Sprossen, Rucola ^(c, f)	Kuchenriegel Schoko ^(a1, c, f, g)
Sa. 07.11	 Erbseneintopf mit Speck und Suppengemüse, Kartoffelwürfel ⁽ⁱ⁾ Bockwurst ^(2, 3, 9)	 Gedünstetes Schollenfilet ^(d) Zitronensoße ^(a1, g, 1) Buttermöhren ^(g) Salzkartoffeln	 Asia Reissalat mit Paprika, Sprossen, Rucola ^(c, f)	Quarkdessert Vanille ^(g)
So. 08.11	 Gemüse Maultaschen in Brühe mit Suppengemüse ^(a1, c, i)	 Rindergulasch mit Paprika, Zwiebeln und Tomate ^(a1, j, 1) Kartoffelklöße ^(i, 3)	 Asia Reissalat mit Paprika, Sprossen, Rucola ^(c, f)	Früchte Joghurt ^(g)
Mo. 09.11	 Vegetarisches Schnitzel ^(a1, a4, c, g) Spitzkohl in Rahm ^(a1, g, 1) Salzkartoffeln	 Geflügel Bratwurst Bayrischkraut ^(a1, g, 1) Kartoffelpüree ^(g)	 Hausgemachter Kartoffelsalat mit Wiener Würstchen ^(a1, c, f, g, i, j, 2, 3, 5a, 6a, 1, 9)	Frischei Waffel ^(a1, c, f, m)
Di. 10.11	 Kürbiseintopf mit Steckrübe und Kassler ^(2, 3)	 Lachs Würfel in Mango- Chilisoße mit Paprika und Möhren ^(a1, d, g, k, 1, 17) Käseravioli ^(a1, c, g)	 Hausgemachter Kartoffelsalat mit Wiener Würstchen ^(a1, c, f, g, i, j, 2, 3, 5a, 6a, 1, 9)	Erdbeerpudding ^(g, 1, 22)
Mi. 11.11	 Germknödel gefüllt mit Pflaumenmus ^(a1, c, g) mit Vanillesoße ^(g, 1)	 Hausgemachtes Sauerfleisch ^(i, 25) Remoulade ^(g, j, 2, 6a, 1, 25) Salzkartoffeln Gewürzgurken Streifen ⁽²⁵⁾	 Hausgemachter Kartoffelsalat mit Wiener Würstchen ^(a1, c, f, g, i, j, 2, 3, 5a, 6a, 1, 9)	Ochsenaugen ^(a1, a3, c, f, g)
Do. 12.11	 Kalbsfrikadelle ^(a1) Blumenkohl Gemüse ^(a1, g, 1) Kräuter-Kartoffelpüree ^(g)	 Gebackener Feta ^(a1, a2, g) Mediterranes Gemüse ^(a1, 1) Reis	 Hausgemachter Kartoffelsalat mit Wiener Würstchen ^(a1, c, f, g, i, j, 2, 3, 5a, 6a, 1, 9)	Quarkdessert Erdbeere ^(g)
Fr. 13.11	Seelachsfrikassee mit Fenchel, Möhren und Zitrone ^(a1, d, g, 1) Parboiled Reis	 Kasseler Braten ^(2, 3) Grünkohl mit Speck ^(a4, j) Salzkartoffeln	 Hausgemachter Kartoffelsalat mit Wiener Würstchen ^(a1, c, f, g, i, j, 2, 3, 5a, 6a, 1, 9)	Pudding Caramel ^(g, 22)
Sa. 14.11	 Rinder Sauerbraten ^(i, i) Sauerbraten Soße ^(a1, i, 1) und Rotkohl Spätzle ^(a1, c, f, g, j)	 Gedünsteter Seehecht ^(d) mit Dillsoße ^(a1, g, 1) Salzkartoffeln Pusztas Salat ^(i, 5a)	 Hausgemachter Kartoffelsalat mit Wiener Würstchen ^(a1, c, f, g, i, j, 2, 3, 5a, 6a, 1, 9)	Milchreis ^(g, 22)
So. 15.11	 Vegetarische Bolognese ^(a1, f, 1) und Vollkornnudeln ^(a1)	 Hähnchen Cordon Bleu ^(a1, g, 2, 9) Champignons in Rahmsauce ^(a1, g, 1) Salzkartoffeln	 Hausgemachter Kartoffelsalat mit Wiener Würstchen ^(a1, c, f, g, i, j, 2, 3, 5a, 6a, 1, 9)	Fruchtmilch ^(g, 5a)

	EaR Menü 1	EaR Menü 2	Salat der Woche	Nachtsch EaR
Mo. 16.11	 Chili sin Carne ^(a1, f, 1) Parboiled Reis	 Hähnchen-Curry mit Paprika, Ananas und Lauch ^(a1, 1) Vollkornnudeln ^(a1)	Orient Salat, mit Couscous und  Korinader ^(a1, a2, a3, a4, e, f, h, h1, h2, h3, h4, h5, h6, h7, h8, i, j, k, m, 3)	Frucht Joghurt ^(g, 1)
Di. 17.11	 Lungenwurst ^(i, 2, 3) Grünkohl mit Speck ^(a4, j) Salzkartoffeln	eingelegter Brathering ^(a1, d, f, 1, 21) Hausfrauensoße ^(g, j, 2, 6a, 1, 25) Salzkartoffeln Zwiebel-Lauch Salat	Orient Salat, mit Couscous und  Korinader ^(a1, a2, a3, a4, e, f, h, h1, h2, h3, h4, h5, h6, h7, h8, i, j, k, m, 3)	Vanille Pudding ^(g, 1)
Mi. 18.11	 Grießbrei ^(a1, g) Birnenkompott (warm) ^(3, 4a)	 gebratenes Dorschfilet ^(a1, d) Schmorkürbis Gemüse ^(a1, g, j, 1) Salzkartoffeln	Orient Salat, mit Couscous und  Korinader ^(a1, a2, a3, a4, e, f, h, h1, h2, h3, h4, h5, h6, h7, h8, i, j, k, m, 3)	Schokopudding ^(g, 22)
Do. 19.11	 Putenrollbraten Paprika-Wirsingrahm ^(a1, g, 1) Salzkartoffeln	 Spinat Gorgonzola Soße mit Datteln ^(a1, e, g, h, h1, h2, h3, h4, h5, h6, h7, h8, 1) und Schleifennudeln ^(a1, c, f, j)	Orient Salat, mit Couscous und  Korinader ^(a1, a2, a3, a4, e, f, h, h1, h2, h3, h4, h5, h6, h7, h8, i, j, k, m, 3)	Früchte Joghurt ^(g)
Fr. 20.11	Eierragout mit Leipziger Allerlei ^(a1, c, g, j, 1) Salzkartoffeln	 Wildschweinsülze ^(i, 2) Pflaumen Dip Kartoffel-Waldpilzpüree ^(a1, a2, a3, a4, f, g, i, j)	Orient Salat, mit Couscous und  Korinader ^(a1, a2, a3, a4, e, f, h, h1, h2, h3, h4, h5, h6, h7, h8, i, j, k, m, 3)	Rote Grütze mit Sahne ^(g, 1)
Sa. 21.11	 Hausgemachte Rinderroulade ^(i, 2, 3) Rinderrouladen Soße ^(a1, i, j, l, 1, 25) Brechbohnen ^(g) Salzkartoffeln	 Schlemmerfilet Italiano ^(d, g) Ratatouille Gemüse ^(a1, 1) Vollkornnudeln ^(a1)	Orient Salat, mit Couscous und  Korinader ^(a1, a2, a3, a4, e, f, h, h1, h2, h3, h4, h5, h6, h7, h8, i, j, k, m, 3)	Doppelkeks ^(a1, f, g)
So. 22.11	 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) und Rotkohl Salzkartoffeln	Orient Salat, mit Couscous und  Korinader ^(a1, a2, a3, a4, e, f, h, h1, h2, h3, h4, h5, h6, h7, h8, i, j, k, m, 3)	Frucht Joghurt ^(g, 1)
Mo. 23.11	 Fruchtige Tomatensoße ^(a1, 1) und Vollkornnudeln ^(a1) Reibekäse ^(g)	 Gedünstetes Schollenfilet ^(d) Tomaten-Pfefferrahm Soße ^(a1, g, 3, 1) Kartoffel-Gemüsepüree ^(g, i)	Winter Salat, mit Kürbis, Apfel & Hähnchen	Quarkdessert Kirsche ^(g)
Di. 24.11	 Hähnchenkeule mit Kräuterrahmsoße ^(a1, g, 1) Honig-Möhren ^(g) Salzkartoffeln	 Pellkartoffeln Kräuterquark ^(g) Pfannengemüse	Winter Salat, mit Kürbis, Apfel & Hähnchen	Kuchenriegel Schoko ^(a1, c, f, g)
Mi. 25.11	 Rührei ^(c, g, i) mit Rahmspinat ^(a1, g, 1) Kartoffelpüree ^(g)	 Schnitzel ^(a1, g, 19) Mischgemüse ^(a1, g, 1) Salzkartoffeln	Winter Salat, mit Kürbis, Apfel & Hähnchen	Amsterdamer Gebäck ^(a1, a3, c, f, g)
Do. 26.11	 Rindergulasch mit Preiselbeeren und Maronen ^(a1, j, l, 1) Kartoffelklöße ^(l, 3)	 gebratenes Seelachsfilet ^(a1, d) Senf-Mango Soße ^(a1, g, j, 1) dazu Buttererbsen ^(g) Reis	Winter Salat, mit Kürbis, Apfel & Hähnchen	Früchte Joghurt ^(g)
Fr. 27.11	Kürbissuppe ^(a1, g, 1) Vollkornbrot ^(a1, a2, a4, m)	 Hausgemachter Hackbraten ^(a1, c, j) Tomaten-Paprikasoße ^(a1, 1) Kartoffelpüree ^(g)	Winter Salat, mit Kürbis, Apfel & Hähnchen	Panna Cotta ^(g)
Sa. 28.11	 Schweinegeschnetzeltes "Züricher Art" mit Champignons und Zwiebeln ^(a1, g, 1) Natur Reis	 Vegetarisches Schnitzel ^(a1, a4, c, g) Steckrüben-Möhrengemüse ^(a1, g, 1) Salzkartoffeln	Winter Salat, mit Kürbis, Apfel & Hähnchen	Zitronen Mousse ^(g, 1)
So. 29.11	 Pangasius-Fischroulade mit Brokkoli ^(a1, d, f) Paprikasoße ^(a1, 1) Salzkartoffeln	 Kalbsgulasch mit Kapern ^(a1, g, 1) Natur Reis	Winter Salat, mit Kürbis, Apfel & Hähnchen	Früchte Joghurt ^(g)
Mo. 30.11	 Vegetarisches Linsencurry ^(a1, 1) Reis	Kaninchenkeule Rosmarinsoße ^(a1, g, i, l, 1) Buttermöhren ^(g) Salzkartoffeln	Bauernsalat mit Kartoffel, Speck,  Gurke, Lauchwiebel und Tomate ^(i, m, 2, 3, 5a)	Schokopudding mit Sahne ^(g)

Enthält Zusatzstoffe: (2) mit Konservierungsstoff, (3) mit Antioxidationsmittel, (4) mit Geschmacksverstärker, (4a) mit Süßungsmittel, (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
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
So. 1.11.				
Mo. 2.11.				
Di. 3.11.				
Mi. 4.11.				
Do. 5.11.				
Fr. 6.11.				
Sa. 7.11.				
So. 8.11.				
Mo. 9.11.				
Di. 10.11.				
Mi. 11.11.				
Do. 12.11.				
Fr. 13.11.				
Sa. 14.11.				
So. 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
Telefon: 0381/242799700
FAX: 0381/242799700
Online: www.bestellung-drk-rostock.de

	Menü 1	Menü 2	Salat der Woche	Nachtisch
Mo. 16.11.				
Di. 17.11.				
Mi. 18.11.				
Do. 19.11.				
Fr. 20.11.				
Sa. 21.11.				
So. 22.11.				
Mo. 23.11.				
Di. 24.11.				
Mi. 25.11.				
Do. 26.11.				
Fr. 27.11.				
Sa. 28.11.				
So. 29.11.				
Mo. 30.11.				